

༡༡། །འཕགས་པོད་བྱབ་ཆེན་སྤྲེས་མའི་རྣམ་པར་  
དད་པའི་མཆོད་སྤྱིན་ཞེས་བྱ་བ་  
བཅུགས་སོ། །



༡༡། །འཕགས་བོད་བྱབ་ཆེན་སྤྲེས་མའི་རྣམ་པར་  
དད་པའི་མཆོད་སྤྱིན་ཞེས་བྱ་བ་  
བཀྲགས་སོ།།

།སྟོད་ཆ།།

མཛད་པ་ལོ། ལྷན་པ་བཙུན་ལྷན་འདས་དང་  
འཕགས་བོད་ཀྱི་མཁས་བྱབ་ལོ་བཤ།

༡༠༡༩

ཕྱོགས་སྤྲིག་པ། རྣམ་གྲ་སྤྲེས་པས་ཡར་འཕེལ།  
བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱི་བྱབ་རྒྱན་ལས་ཁང་།

# འཕགས་པོད་བྱང་ཆེན་སྒྲུབ་མ་ཉེར་གཅིག་གི་རྣམ་ཐར་ ཕྱགས་བཞེགས་དང་པའི་མཆོད་ལྗན།

བྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ལོའི་ཟླ་བ་ ༩ ཟླ་ ༡༨ ཉིན་ལོད་ཀྱི་བྱང་ཆེན་སྒྲུབ་མ་ཉེར་གཅིག་གི་རྣམ་ཐར་  
ཕྱགས་བཞེགས་ལྟ་བུར་མཆོད་པའི་མཆོད་ལྗན་བཞེགས་  
བརྒྱུད་འབྲེལ་སྐབས་གདུགས་རྣམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་ལོ་རྒྱུད་ལྟ་བུར་  
བཞེགས་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་མཆོད་ལྗན་ལྟ་བུར་ཉེ་བར་ཐོབ་ཐོབ་  
དང་པོར་དེ་བཞེད་ཀྱི་སྐབས་ ༡༠༠ ཟུང་པ་  
དཔར་འབྲེལ་སྐབས་ལྟ་བུར་བཞེད།



འབྲེལ་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུར་  
TIBETAN WOMEN'S ASSOCIATION  
Central Executive Committee  
Bhagsu Nag Road, P.O. Mcleod Ganj  
Dharamsala-176219, Distt. Kangra  
(H.P.) INDIA  
website: [www.tibetanwomen.org](http://www.tibetanwomen.org)  
email: [tibwomen@gmail.com](mailto:tibwomen@gmail.com)



9 789383 091041







༡༽ འབད་པ་དུ་མས་སྐྱེས་མའི་ལུས་རྟེན་གྱིས། །  
བསྟན་པ་འདི་ལ་རབ་བྱུང་ཐོག་མར་མཛད། །  
སྤང་ཡོན་མཆོག་གྱུར་དག་བཅོམ་གྱི་འཕང་བརྟེས། །  
སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༢༽ འཁོར་བསྐྱར་བཅུན་མོ་སྤྲ་གཅན་འཛིན་གྱི་ཡུམ། །  
རྒྱལ་བས་རང་ཡུལ་བྱོན་ཆེ་ཐབས་གྱིས་བརྟལ། །  
དབང་པོའི་སྤྲོ་སྤྲོམ་འཛེམ་པ་མཆོག་གྱུར་བ། །  
དག་བཅོམ་གྲགས་འཛིན་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༣༽ བསྟན་པའི་རྩ་བ་འཁོར་ལ་རག་ལས་བྱིར། །  
མ་ཡི་སོ་ཐར་སྤེལ་ལ་སྤྱང་གཞིའི་མཆོག། །  
ཐུབ་པའི་བཅས་མཆོམས་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་མཉེན། །  
དག་བཅོམ་སྤྲོམ་དགའ་མོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༤༽ བྱིས་ན་གནས་པ་ཉེས་པ་སྤྱང་གིས་མནར། །  
འཕྲུ་ཐུབ་པའི་རྗེས་འརྱུག་ལམ་ལ་བསྐྱབས། །  
གུས་རྟག་སྤྱོད་བས་དག་བཅོམ་འབྲས་བུ་བརྟེས། །  
ཡུལ་མདོག་ཅན་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༥༽ རྟོན་པས་དབྱེས་བཞིན་འཕྲིན་གྱིས་བསྐྱར་པར་རྫོགས། །  
དེ་ལྟར་རབ་བཅོན་བྱིས་ནང་དག་བཅོམ་ཐོབ། །  
སྐྱེས་མའི་ཆོས་འཆད་མཆོག་ཏུ་ལུང་བསྟན་བ། །  
དག་བཅོམ་ཆོས་སྤྱོན་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༤༽ བྱན་ཚཱགས་རྒྱལ་སྤྱི་མཆིལ་མ་བཞེན་དུ་དོང། །  
སྦྱན་མཛེས་མནར་ཡང་རིམ་སྦྱུ་བར་འབད། །  
འཕགས་པས་རྩེས་བཟུང་བྱུབ་པའི་གོ་འཕང་བརྟེས། །  
དགེ་སྦྱོང་བྱང་མེས་དཔལ་མོར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༥༽ ཚེ་དཔག་མེད་མགོན་རབ་དང་དག་པོས་བསྟན། །  
དངོས་སུ་མཇལ་ནས་གསུང་གི་བདུན་ཅི་བྱངས། །  
རིག་འཛིན་སར་གཤེགས་ཆེ་ཡི་གདམས་པའི་རྒྱན། །  
འཛོམས་པར་བྱུབ་པའི་རྒྱལ་མོར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༦༽ བཞུ་ཆེན་ན་དོས་བཅེ་བས་རྩེས་སུ་བཟུང། །  
གསང་སྤྲགས་མོན་མཛད་དེ་མཆོག་བྱན་བརྟེས། །  
འཕགས་པོད་གདུལ་བྱར་ཆོས་བྱག་གདམས་བ་སྤེལ། །  
བྱུབ་ཆེན་ནི་གྲུ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༧༽ ཀྱུ་ཀྱུ་རི་བས་རྩེས་བཟུང་སྤྲགས་རྒྱུད་སྤྱིན། །  
དབང་བསྐྱར་བསྐྱེད་རྩོགས་བྱང་འཇུག་གདམས་བ་ཐོབ། །  
ཅི་གཅིག་སྦྱུབ་ལ་གཞོལ་བས་མཁའ་སྦྱོང་གཤེགས། །  
བྱུབ་ཆེན་མཆི་ལྷ་དར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༨༽ ཀ་ན་བ་ཡིས་དབང་བསྐྱར་རྩེས་བཟུང་སྟེ། །  
དབྱ་བཅད་ལུས་ཀྱིས་སྦྱལ་བ་སྦྱ་ཚཱགས་འབྱེད། །  
ཡེ་ཤེས་སྦྱན་མངའ་མཁའ་སྦྱོང་གནས་གཤེགས་པ། །  
བྱུབ་ཆེན་མེ་ཁ་ལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༡ ་ བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེས་ས་ཡི་བདག་མོར་གྱུར། །  
གངས་ཅན་བྱང་མེད་རབ་བྱང་དང་མོར་མཛད། །  
གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་བསྟན་ལ་བྱ་བ་བྱས། །  
ཆེ་བཅུན་བྱང་རྒྱལ་རྗེ་མོར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༢ ་ ཁ་བའི་ལྗོངས་སུ་རྒྱལ་བསྟན་དབུ་བརྟེན་ནས། །  
བྱུང་བརྟེན་ནས་མཁའི་སྐར་ཆོགས་བཟ་བའི་དབུས། །  
སྤྲེས་མས་བྱུང་བ་ཐོབ་དང་མཛདས་མའི་ཕུལ། །  
གཉེར་བདག་མཆོ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༣ ་ རྒྱལ་བས་ལུང་བསྟན་ཤེར་བྱིན་ཟབ་མོའི་དོན། །  
ལུང་སོགས་བདུད་བཞི་བཅོམ་པའི་ལམ་དུ་འབྱེད། །  
སྤྱོད་ཉིད་སྤྱོད་རྗེ་ཁོང་བརྗོད་གཅེས་འཛིན་ཞིག། །  
བྱུང་བརྟེན་ལལ་གྱི་སྤྱོལ་མར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༤ ་ སྐུ་ལུས་བཟ་ཤིས་ཅི་མོས་མཛེས་བར་མཆོན། །  
མ་ལོ་གཙུག་བསྟེན་བཀའ་བཀོད་སྐུ་ལ་གཞོལ། །  
དངོས་བྱུང་བཞི་ཐོབ་ལུས་གྱི་སྐུ་ལ་བསྐྱར་མཆོན། །  
བྱུང་བརྟེན་མ་གཅིག་ཞ་མར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༥ ་ རྗེ་བཅུན་མི་ལས་རྗེས་བཟུང་མན་ངག་གསན། །  
ཉམས་ལེན་ཉགས་བཅུ་ཡོན་ཉན་བརྒྱད་མངའ་ཞིང་། །  
སྤངས་ཉོགས་མཛོན་གྱུར་མཁའ་སྤྱོད་གནས་གཤེགས་པ། །  
བྱུང་བརྟེན་རས་རྩང་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །



༡༦ ་ ལྷགས་རྒྱུད་ཞི་དུལ་རིགས་བཟང་མཁའ་འགྲོ་མ། །  
རྟེན་འཆིག་དཀའ་རྒྱུད་འཁོར་བར་ཡིད་འབྱུང་སྟེ། །  
ཟླ་མའི་བྱང་ནས་དབང་བསྐྱར་བྱལ་བ་བརྟེས། །  
འདས་ལོག་སྒྲུང་ས་འོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༧ ་ བོ་དོང་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ལྷགས་སྤྲུལ། །  
བརྩན་མས་དགོན་བཏབ་བསྐྱན་འགྲོའི་བྱ་བ་མཛད། །  
གངས་ལྗོངས་སྤྲེས་མའི་མཆོག་སྤྲུལ་བསམ་སྤྲོད་གྱི། །  
ཇི་བརྩན་ཆོས་ཀྱི་སྤོན་མར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༨ ་ མ་གཅིག་ལབ་སྤོན་རྣམ་འོལ་གྲུང་རུར་འཁྱུངས། །  
ཤེལ་དགོན་བྲག་ནས་ཡ་མཚན་གཏེར་བྱམ་བཞེས། །  
མདོན་ཤེས་རྩ་འབྲུལ་སྤོན་ལ་ཐོགས་མེད་པ། །  
གྲུང་རུ་མཁའ་འགྲོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༩ ་ སྤྱོས་རིགས་ལས་འཁྱུངས་བསྐྱན་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་། །  
འོ་ཆེན་བྱང་ནས་རོ་མཚར་གདམས་བ་གསལ། །  
འཆད་ཚོད་ཚོམ་བས་མཁས་པའི་བྱ་བ་མཛད། །  
མི་འགྱུར་དབལ་གྱི་སྤོན་མར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༢༠ ་ ཟབ་ཆོས་གསུང་དག་ལམ་འབྲས་ཆོགས་སྤྲོབ་གྱི། །  
མན་དག་བརྒྱུད་འཛིན་འཆད་པས་སྤོབ་ཆོགས་བསྐྱུངས། །  
ཁྱད་འཕགས་གདུང་རབས་རྩ་གྱིའི་གཙོ་མོ་སྟེ། །  
ཇི་བརྩན་རྩ་མཐིན་དབང་མོར་གསོལ་བ་འདེབས། །

༡༡ ། གནས་མཆོ་བསྐྱར་བཅོ་ལྔ་ལྟོ་མ་ལྟོ་མ་ལྟོ་མ་ །  
 རེས་མེད་གནས་ཀྱིས་སྒྲ་མར་ཐབ་དགུ་གསུམ་ །  
 རབ་བྱུང་དུས་མཐར་བྱུང་བརྟེན་ལྷག་གསེབ་ཀྱི། །  
 རྩེ་བཅུན་ཆོས་ཉིད་བཟང་མོར་གསོལ་བ་འདེབས། །

དེ་ལྟར་འཕགས་པོད་སྟེས་མ་མཁས་དང་བྱུབ། །  
 རི་སྟོད་བྱོན་པའི་སྐད་བྱུང་ནས་ཐར་ཚུལ། །  
 དད་པས་སྟོག་ཅིང་གྲུས་པས་ཐོས་པའི་མཐུས། །  
 རྒྱལ་བསྟན་མི་བྱུང་ལུན་རིང་གནས་ཀྱི་ཅིག། །

ཅེས་པ་འདི་ནི་དུས་རིང་སྟོན་ནས་སྟོན་པ་བྱུང་པའི་དབང་པོར་འཕགས་པོད་སྟེས་མ་མཁས་བྱུང་ཅོད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་  
 བསྟོར་པའི་ཁྱིམ་ཐང་ཞིག་བཞེངས་འདུན་ཡོད་ཅོག ལྷ་ལོ་ ༡༠༠༩ ལོར་མོན་ལྷོ་བཅུན་དགོན་བྱང་རྒྱལ་ཆོས་སློང་དུ་གྲོས་  
 འགོ་བཙོན་པ་བཞིན་ཉེ་ལམ་གྱེས་འབྱོར་བལ་ལུལ་ནང་སྟོད་དད་ལྷན་གངས་རྣམས་སློང་རྩོད་ཁོངས་བཟུ་ལོས་བདེ་སྦྱིང་བྱིས་  
 ཆང་ནས། དེ་ལྟའི་ཁྱིམ་ཐང་བཞེངས་སྟུན་འགྲེམས་སྟེལ་རྒྱ་གང་ཆེ་དང་སྟུས་གང་ལེགས་ཀྱི་འགོ་བོན་པངས་མེད་གཏོང་  
 རྒྱའི་སྟོ་སྟོབས་བསྐྱེད་ཅིང་དེ་དག་གི་འཆར་བཞོད་དང་། སྟེས་ཆེན་མ་དེ་རྣམས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་ཀྱང་དགོས་པའི་  
 བསྟུལ་མ་བྱུང་བར། འདི་ནས་བཞོད་མངགས་ལྟར་རྣམས་ལྷའི་སྟོབ་སྟེ་བྱུང་བསྟན་ཡར་འཕེལ་གྱིས་རྣམས་ཐར་ཕྱོགས་  
 བསྟུགས་དང་བཅས་པ་ཞིབ་འཇུག་གང་ལེགས་བྱུང་འདུག་པར། ཡོངས་བྱགས་སྟོན་པ་བྱུང་པའི་དབང་པོའི་བསྟན་པ་འདི་  
 ལ་མཛད་པ་དམིགས་བསལ་ཅན་སྟེས་ཆེན་མ་གོང་སྟོས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་མཛེས་པར་བསྟོར་བའི་ཐང་ག་ཁྱིམ་འཐུས་དང་།  
 དེ་དག་གི་བྱགས་རྒྱད་བསྟུལ་པའི་གསོལ་འདེབས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་སྦྱར་བ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་ཞིང་  
 རྒྱས་ལ་ལུན་རིང་དུ་གནས་པའི་རྒྱར་བྱུར་ཅིག་ཅེས་ཀྱི་ཀྱའི་དགོ་སྟོང་ཆོས་སྟུ་བ། རྒྱ་ལའི་སྒྲ་མ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས།  
 བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ཤིང་པོ་འབྲུག་ལོའི་རྒྱ་ ༣ ཆོས་ ༡༥ ལྷ་ལོ་ ༡༠༣༧ རྒྱ་ ༩ ཆོས་ ༡༣ ཉིན་སྦྱར་བ་དགོ། །

## དཀར་ཆག

ཕྱོགས་སྒྲིག་པའི་སྟོན་སྟེང་། ..... (A)

དང་པོ། དབྱ་བཙུག་མ་སྒྲིག་གྲུ་འཁྱུར་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་  
ཀ། སྒྲིག་གྲུ་འཁྱུར་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་  
རབ་ཏུ་བྱུང་ཆུང་གི་ལོ་རྒྱུས། ..... (1)

ཀ། སྒྲིག་གྲུ་འཁྱུར་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་  
བའི་ཆུང་གི་སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་ ..... (13)

ཀ། སྒྲིག་གྲུ་འཁྱུར་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་  
སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་ ..... (23)

གཉིས་པ། དབྱ་བཙུག་མ་སྒྲིག་གྲུ་འཁྱུར་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་  
ཀ། སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་  
སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་  
ཆུང་གི་སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་ ..... (29)

གསུམ་པ། དབྱ་བཙུག་མ་སྒྲིག་གྲུ་འཁྱུར་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་  
ཀ། དབྱ་བཙུག་མ་སྒྲིག་གྲུ་འཁྱུར་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་  
སྟོན་སྟེང་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་འཕྲུལ་གྱི་བཙུག་མཉམ་པ་ ..... (47)





འཕྲད་ནས་འབྲས་བྱ་ཐོབ་ཚུལ། ..... (111)

ཁ། དགེ་སློང་མ་ཆོས་བྱིན་མས་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་དབྱར་ཁང་གི་  
ས་བསྐྱང་ཞིང་ཉེ་འཁོར་གྱི་བྱད་མེད་དང་སྒྲིམ་པ་དག་རྒྱན་དུ་  
ལྷགས་པའི་འབྲས་བྱ་ལ་བཀོད་ཚུལ། ..... (127)

### དུག་པ། དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོའི་ནམ་ཐར།

ཀ། དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོའི་མཛད་ནམ་ཤེལ་དཀར་ཐང་བ། ..... (139)

༡། སྤྲུལ་དང་སྤྲུལ་མོ་སྒྱུ་བསྐྱེད་པ་བ། ..... (140)

༢། སྤྲུལ་མོ་ལྟ་མི་ཀ་ར་བག་མར་འདྲི་མཁན་འབྱོར་བ། ..... (142)

༣། བྱིས་ཐབ་སྤངས་ནས་ཆོས་ལ་གཤེགས་པ། ..... (143)

༤། གཞན་དོན་དུ་སྤྱང་མཛེ་བཞེས་པ། ..... (150)

༥། བསམ་འཕེལ་མ་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་པ། ..... (158)

༦། ལི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་དུ་བྱོན་པ། ..... (159)

༧། མཁའ་འགྲོ་སྤེལ་གདན་འདེན་དུ་བྱོན་པ། ..... (164)

༨། རྣམ་སྤྲུལ་ལྟ་མི་ཀ་ར་དང་ཞལ་འཕྲད། ..... (170)

༩། མཛེ་ནད་གྱི་སྤྱང་བྱུག་ལས་གྲོལ་བ། ..... (173)

༡༠། འཕགས་པ་བླགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་པོ་བསྟོད་གྱི་སྒྲིམ་ནས་  
བསྟོད་བསྐྱེད་མཛད་པ། ..... (178)

༡༡། གྲུ་ཐོབ་ལྟ་མི་ཀ་རས་རྩ་འབྲུལ་བསྐྱེད་ཚུལ། ..... (180)

ཁ། དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོའི་ནམ་ཐར་བསྐྱེད་པ། ..... (185)

བདུན་པ། མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོའི་ནམ་ཐར།

ཀ༽ མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོའི་ལོ་རྒྱུས་ཅུང་ཐད་བརྗོད་པ་དོ་མཚར་ཡིད་ཆེས། ..... (199)

བརྒྱད་པ། གྲུབ་ཆེན་ནི་གྲུ་མའི་ནམ་ཐར།

ཀ༽ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་མ་ནི་གྲུ་མ་ལ་བསྟོད་པ་བྱིན་རྒྱལ་སྤྱང་མགྲོགས། ..... (207)

ཁ༽ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་མ་ནི་གྲུ་མའི་ནམ་ཐར། ..... (209)

དགུ་པ། གྲུབ་ཆེན་མཆི་ལྷ་དྲའི་ལོ་རྒྱུས།

ཀ༽ གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་མཆི་ལྷ་དྲའི་ལོ་རྒྱུས། ..... (215)

ཁ༽ གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་མཆི་ལྷ་དྲའི་

རྟོགས་བརྗོད་འགྲེལ་བ་དང་བཅས་པ། ..... (218)

བཅུ་པ། གྲུབ་ཆེན་མེ་ཁ་ལའི་ལོ་རྒྱུས།

ཀ༽ གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་མེ་ཁ་ལའི་ལོ་རྒྱུས། ..... (219)

ཁ༽ མེ་ཁ་ལའི་དོ་རྟ་འགྲེལ་བ་དང་བཅས་པ། ..... (221)

བརྩ་གཅིག་ བོད་ཀྱི་བརྩན་མའི་ཐོག་མ་བྱང་ཆུབ་ཆེད་རྣམ་ཐར།

གྲུང་གཞི། ..... (223)

༡༽ མཚན་གྱི་རྣམ་ཐར་དང་མཛད་རྣམ། ..... (224)

༢༽ བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་ལ་རིགས་སྤྱད་ཡོད་མེད། ..... (229)

ག༽ དགོ་རྒྱུ་ལི་མ་སྤྱིང་བྱུག་འདེབས་ཆུང་། ..... (233)

ང༽ སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་གཟུངས་མར་བུལ་ཆུང་། ..... (240)

ཅ༽ འགྲོ་བཟའི་ཁྱིམ་སྤྱི་ཆུང་གཏན་ལ་པབ་བ། ..... (242)

ཆ༽ ཐས་སྤྱི་འབྲེན་པའི་ལག་དཔོན་མཛད་བ། ..... (243)

ཇ༽ གཙུག་ལག་ཁང་གི་རིལ་བུའི་ཁ་བྱང་།

༡༽ དབུ་ཅེད་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རིལ་བུ། ..... (247)

༢༽ དགོ་རྒྱུ་ལི་མ་སྤྱིང་གི་རིལ་བུ།

༡) རྒྱུ་ལྡོངས་ལོ་རྒྱུ་རོ་སྒྲོད། ..... (255)

༢) རིལ་བུའི་ཁ་བྱང་གི་མ་ཡིག་ ..... (257)

༣) མ་ཡིག་གི་འབྲུ་འགྲེལ། ..... (257)

༣༽ ཁ་འབྲུག་དཔོན་པའི་རིལ་བུ།

༡) རྒྱུ་ལྡོངས་ལོ་རྒྱུ་རོ་སྒྲོད། ..... (258)

༢) རིལ་བུའི་ཁ་བྱང་གི་མ་ཡིག་ ..... (261)

༣) མ་ཡིག་གི་འབྲུ་འགྲེལ། ..... (263)

མཐུག་བསྐྱུ། ..... (264)

བརྟུ་གཉིས་པ། མ་གཅིག་ལ་བ་ཀྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་ཐར།

གཤེད་ཀྱི་ལྷ་སྐྱུ་ལྷ་སྐྱུ་བ་ཀྱི་ལྷ་སྐྱུ་གཅིག་འཕགས་མ་ལ་བ་ཀྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་ཐར་  
ཐར་པ་ལྷ་སྐྱུ་ལྷ་སྐྱུ་བ་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལ་གད་པ་མཁའ་འགྲོ་བྱེ་བའི་གསང་ལམ།

ལེའུ་དང་པོ། མ་ཅིག་གི་ལོ་རྒྱུས་བསྐྱུ་བ་ལྷ་སྐྱུ་སྒྲོན་པ། ..... (265)

ལེའུ་གཉིས་པ། མ་ཅིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐ་མ། ..... (287)

ལེའུ་གསུམ་པ། ལྷ་སྐྱུ་སྐྱུ་ཀྱི་ལྷ་སྐྱུ་ལམ། ..... (314)

ལེའུ་བཞི་པ། གང་པའི་ལྷ་སྐྱུ་ལམ། ..... (330)

ལེའུ་ལྔ་པ། ལྷ་སྐྱུ་ལྷ་སྐྱུ་བ་ཀྱི་སྒྲོན་པ། ..... (352)

ལེའུ་དྲུག་པ། ལྷ་སྐྱུ་ཆེན་མས་ལྷ་སྐྱུ་ལམ། ..... (406)

ལེའུ་བདུན་པ། ཆོས་ཀྱི་མེད་གཤིས་ལྷ་སྐྱུ་ལམ། ..... (429)

ལེའུ་བརྒྱད་པ། རྩི་བཅུན་ཟེལ་གཞོན་ཀྱི་ལྷ་སྐྱུ་ལམ། ..... (460)

ལེའུ་དགུ་པ། མ་འོངས་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་འཁུག་པར་ལྷ་སྐྱུ་བ་ཀྱི་སྒྲོན་པ། ..... (488)

ལེའུ་བརྒྱ་པ། བསོད་ནམས་རྒྱན་དང་རྒྱན་ཆེན་མའི་ལྷ་སྐྱུ་ལམ། ..... (498)

ཁ༽ མ་ཅིག་གི་རྣམ་ཐར་མཛད་པ་བཅོ་ལྔ་པ། ..... (527)

གཤེད་ཀྱི་མ་གཅིག་ལ་བ་སྒྲོན་ལ་བསྐྱུ་བ་བདུན་བཞི་དབྱིངས་གཅོད། ..... (535)

པར་བྱང་སྒྲོན་ཆེག་། ..... (541)



## ཕྱགས་སྒྲིག་པའི་ཐོན་སྐྱེད་།

དེ་ཡང་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་ལས་།  
ལོང་དུ་འདུ་ཁང་ནང་ཡོང་སྐབས། དོས་ཀྱི་སེམས་ནང་འདི་ལྟར་བྲན་བྱུང་། འདུ་ཁང་ནང་  
པཎ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་སྐུ་ཐང་ཆ་ཆོད་ཞིག་བཟམས་འདུག་པ་ཏུ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག །དེ་  
བཞིན་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་སྤྱི་དགའི་བདག་མོ་དང་། དེ་ནས་དོས་ཀྱིས་ཤེས་ཆོད་བྱས་ན།  
དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོ་ཡོངས་གྲགས་རེད། དེ་ནས་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙམ་བཞིན་ནང་ནས་  
གྲུབ་ཆེན་ཞལ་གྲངས་བཞི་བྱད་མེད་ཡིན་ཅིང་། དེ་དག་ཁྱིམ་པའི་ཆ་ལྷགས་ཡིན་དང་།  
རབ་བྱུང་གི་ཆ་ལྷགས་གང་ཡིན་སོགས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་  
གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་ལ་སྤྱི་མིང་གཏུང་སྐུ་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ཆད་ནས་སྤྱི་མིང་གི་ཆོས་  
སྟོར་ཉག་སྤྱི་པའི་སྐབས་སུ་འདྲིན་པ་གནང་མཁན་གྱི་རྗེ་བཙུན་མ་ཞིག་ཡོད། དེ་བཞིན་ས་  
སྐུ་པའི་རྗེ་བཙུན་པའི་རིགས་ཡོད་མེད་སོགས་ལ་ང་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་བྱེད་དགོས།

དེ་ལྟར་ཞིབ་འཇུག་ཅད་གཅོད་བྱས་ནས་བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱི་སྐུ་དུས་ནས་བཟུང་  
སྤྱི་དགའི་བདག་མོ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཁྲུངས་ལུན་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་སྐུ་ཐང་ཞིག་འབྲི་བྱས་  
ན་ཡག་པོ་མེད་དམ་སྟེ་པ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ནི་ང་ཆོས་སྐད་ཆ་གསར་པ་བཤད་ནས་བཅོས་  
པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན་པར་བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱི་སྐུ་དུས་ནས་དགེ་སློང་མ་ཡོད་པ་དེ་དག་དང་།  
དེ་མིན་བྱད་མེད་ཀྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་ཐོག་ནས་ལོ་ངོ་ ༡༥༠༠ ལྷག་གི་རིང་ལ་སྟོན་པའི་བཙུན་པ་  
ལ་བྱ་བ་མཛད་མཁན་གྱི་སྤྱི་མིང་བཤད་དག་བྱུང་བ་དེ་དག་ལ་ཐོག་མར་ཉམས་ཞིབ་

<sup>1</sup> སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས། ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ཟླ་བ་ ༤ ཆོས་ ༡ ཉིན་མོན་སྟོན་བཙུན་དགོན་བྱང་  
ཆུབ་ཆོས་སྤྱི་དུ་སྐུ་པའི་བཀའ་སློབ་ལས་ཟུར་འདོན་ཞུས་པ་ཡོད།

ཅིག་བྱས་ཏེ་སྤྲེལ་ཐང་ཞིག་གིས་ན་སྤྲུལ། རྗེས་སུ་བཙུན་མའི་དགོན་པ་ཆང་མར་སྤྲེལ་ཐང་དེ་  
འབྲེལ་ཞིག་ཡོད་པ་བྱུང་ན་ཡག་པོ་མི་འདུག་གམ། གྲུབ་ཆེན་མ་དེ་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་ང་ཆོས་ནམ་  
རྒྱུན་དོ་སྤང་དེ་ཙམ་མེད་པར་འཛོག་བཞིན་ཡོད། གོང་དུ་འདི་ལྟར་བྲན་བྱུང་། ཞེས་ལམ་  
སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ་ཞིབ་གསལ་དུ་ཕེབས་ཡོད།

གཞན་ཡང་བྱུང་མེད་གྱི་ཉེན་ལ་འཆང་རྒྱ་བ་ཡོད་པའི་རིགས་པ་འཕམ་སྤྱོད་བྱེད་  
མཐར་ཐུག་པ་ནི། བྱང་རྒྱལ་སེམས་འགྲེལ་གྱི་བཀའ་ཁྲིད་ལས་<sup>1</sup>ཀྱང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་འཕྱོར་པ་དང་མའི་དོན་དུ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་  
སེམས་བསྐྱོམ་པའི་ཐབས་རྒྱུད་གྱི་རྒྱལ་པོ་གསང་བ་འདུས་པ། ཞེས་པས། རྣམ་འཕྱོར་པ་  
ཡི་རྒྱུད་དང་། རྣམ་འཕྱོར་མ་ཡི་རྒྱུད་ཅེས་པ་རྒྱུད་དང་མ་རྒྱུད་གཉིས་བཤད་པར་སྦྱར་ཆོག་  
ལ། ཡང་ན་སྒྲོམ་པ་པོ་རྣམས་འཕྱོར་པ་དང་རྣམ་འཕྱོར་མ་ཞེས་གསང་སྤྲུགས་ཉམས་ལེན་  
བྱེད་མཁན་ལ་སྦྱར་ན། ཁྱད་པར་གཅིག་འདི་ལྟར་ཡོད། དཔེར་ན། མངོན་པ་མཛོད་དུ་  
གངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཆོགས་བསགས་ནས་མཐར་བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་ཡི་རིང་ལ་མཆོད་དཔའི་  
རྒྱ་ཆོགས་དམིགས་བསལ་གསོག་པའི་སྐབས་སུ་བྱང་སེམས་ངེས་གནས་ཞེས་གསུངས་  
ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ངེས་གནས་དེ་ཉིད་ངེས་པར་ལུས་ཉེན་སྤྲེལ་པ་ཡིན་དགོས། མདོར་ན་  
གསར་དུ་འཆང་རྒྱ་བའི་སྲིད་པ་མཐའ་མ་པའམ་ལུས་ཉེན་དེ་ཉིད་སྤྲེལ་པ་གསུངས་ཤིང་།  
གསང་སྤྲུགས་སྒྲ་མེད་གྱི་སྐབས་ནས་ཆེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་  
གསུངས་ཡོད། དེས་ན་རྣམ་འཕྱོར་སྒྲོམ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱུང་མེད་གྱི་ཉེན་ཅན་ཞིག་  
ཡིན་ན། བྱུང་མེད་གྱི་ཉེན་དེ་གའི་ཐོག་ནས་འཆང་རྒྱ་བ་ཞིག་གསང་འདུས་ཅ་རྒྱུད་ལས་  
གསལ་བར་གསུངས་ཡོད་ལ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་མཛོད་པའི་གསང་འདུས་ཅ་  
རྒྱུད་གྱི་འགྲེལ་པ་སྒྲོན་གསལ་གྱི་ཆོག་འགྲེལ་ནང་ཆེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་བྱུང་འདུག་དོ་

<sup>1</sup> བྱེ་ལོ་ ༢༠༠༩ ལྷ་ ༩ ཆོས་ ༡༥ ཉིན་གོ་རིམ་ཡོད་དང་ལྷན་ཆོས་ཁྱེད་པ་རྣམས་ལ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བཞུགས་སྐྱོད་ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྤྲིད་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་འགྲེལ་གྱི་བཀའ་ཁྲིད་སྤྲེལ་པ་ལས་བདུས་པའོ།

རྗེ་འཆང་གི་པོ་འཕང་སྐྱབ་མཁན་གྱི་ལུས་རྟེན་ལ་བྱད་མེད་ཡོད་པར་ཡང་གསུངས་ཡོད།  
དེས་ན་ཆེ་གཅིག་ལ་གསར་དུ་འཆང་རྒྱ་མཁན་གྱི་ལུས་རྟེན་ལ་བྱད་མེད་ཡོད་པར་  
གསུངས་ཡོད། དེས་ན་རྒྱ་གར་གྱི་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙམ་ཞིའི་ཁྱོད་ནས་པལ་མོ་ཆེ་སྒྲེས་  
པ་ཡིན་ནའང་། གྲུབ་ཆེན་བཞི་ལྷ་ཞིག་རྣམ་འབྱོར་མ་ཆགས་ཡོད། སྒྲོམ་པ་པོ་ལ་སྐྱར་ན་  
འདི་ལྟར་སྐྱར་རྒྱུ་ཡོད། སྐྱར་དགེ་སྦྱོང་པ་ཡོད་ལ། དགེ་སྦྱོང་མ་ཡང་ཡོད། འོན་ཀྱང་འདིར་  
རྣམ་འབྱོར་པ་དང་རྣམ་འབྱོར་མ་ཞེས་ཅུ་ལ་དེོན་དགོས་དོན་ནི། ཆེ་གཅིག་ལ་གསར་དུ་  
འཆང་རྒྱ་མཁན་གྱི་ལུས་རྟེན་ལ་སྐྱེས་པ་དང་བྱད་མེད་གཉིས་ཀ་ཁྱད་པར་མེད་པར་  
གསུངས་ཡོད།

ཆེ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བའི་རྒྱ་མཆན་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རྣམ་འབྱོར་སྐྱེ་མེད་  
མ་གཏོགས་པའི་རྣམ་འབྱོར་རྒྱུ་མན་ཆད་གྱི་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་རགས་པ་སྒོ་བྱར་བའི་  
སེམས་ལ་ཐབས་ཤེས་གྱི་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ལས་གཞན་མེད། རགས་པ་སྒོ་བྱར་བའི་  
སེམས་རྣམས་པར་བཀག་ནས་དེ་ལས་འདས་པའི་གཉུག་མ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་འོད་  
གསལ་གྱི་སེམས་མཛོན་དུ་བྱས་ནས། དེ་ཉིད་ཐབས་ཤེས་གྱི་ལམ་ལ་བསྐྱར་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད།  
འདི་ནི་སྐྱར་བྱུང་དེ་ཡིན། རགས་པ་སྒོ་བྱར་བའི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་  
བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་བྱས་ནས་བདག་འཛིན་སྦྱོང་བ་ལ་བསྐྱལ་པ་མང་པོ་འགོར་བ་  
ཞིག་ལ་སྒོ་ཤིན་ཏུ་ཐ་བ་དེ་ཉིད་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བསྐྱར་སྐྱབ་ན་དུས་ལྷན་  
སྐྱར་དུ་ཞིག་ལ་བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་བྱེད་པ་དང་། བདག་འཛིན་སྦྱོང་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཡོང་  
གི་ཡོད། དེ་ནི་སྐྱབ་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། སྐྱབ་བྱེད་མེད་པ་  
མིན་ལ། སྐྱབ་བྱེད་གཏན་གཏན་ཡོད། སྐྱར་བྱེད་ནི་དེའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད།

ལུས་རྟེན་པོ་མོ་བྱད་པར་མེད་པ་ནི། བྱི་ཡི་པོ་མོའི་ལུས་རྟེན་གང་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་།  
དོན་དངོས་གཟུགས་སྐྱའི་རྒྱ་བྱེད་མཁན་ནི་སྐྱེ་མའི་ལུས་ཤིག་སྐྱེས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་  
གཉུག་མ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་འོད་གསལ་དེ་ལས་ཤར་བའི་སྐྱེ་མའི་ལུས་ཤིག་སྐྱབ་པའམ།

ཡང་ན་སྟོང་གཟུགས་ཀྱི་ལུས་དང་། གཞན་ཡང་འཇའ་ལུས་པོ་བ་ཆེན་མོའི་ལུས་སྐྱབ་བ་  
བཅས་རིགས་གསུམ་ཡོད། དེས་ན་ལུས་ཉེན་རགས་བ་ལ་ལྟོས་བ་མེད་བས་པོ་མོའི་ལུས་  
ཉེན་ལ་བྱད་བར་གང་ཡང་མེད། གསང་བ་འདུས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཆེ་ཙ་རྒྱུད་ཐིག་ལའི་  
ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་གཉུག་མ་ལྟན་ཅིག་སྤྱིས་པའི་འོད་གསལ་མངོན་དུ་བྱེད་བ་ནི་པོ་མོ་  
གཉིས་ཀར་བྱད་མེད་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད། དེས་ན་གཉུག་མ་ལྟན་ཅིག་སྤྱིས་པའི་འོད་  
གསལ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་འོད་གསལ་དེ་ལས་ཤར་བའི་སྐྱུ་མའི་ལུས་དེ་ཉིད་  
གཟུགས་སྤྱིའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱལ་པོ་རིགས་འབྲའི་རྒྱ་ལ་འགོ་བས་ན་ལུས་ཉེན་རགས་བ་ལ་  
བྱད་བར་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་དེ་ལྟའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་  
པའི་ཐབས་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ཙ་རྒྱུད་ཀྱི་ཆེག་རེད་ཅེས་གསུངས་  
པའོ། །ཞེས་གྲུང་བཀའ་སྤྲུལ་ཡོད།

དེ་ལྟར་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྟོན་བ་ཆེན་པོ་ཡ་རྒྱལ་ཀྱན་སྟོང་རྗེའི་རང་  
གཟུགས་གསུམ་ལྟན་དོ་རྗེ་འཛིན་བ་འཛིན་གླིང་སྤྱེ་འགོ་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲ་མེད་རེ་སྟོས་བྱ་ཡུལ་  
གཅིག་བྱང་གྱུར་བ་ཡ་རྒྱལ་མཆོག་སྤྱེ་བྱང་བཅུ་བཞི་བ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་དགོངས་  
ལས་སྟོན་གཞིར་བཟུང་སྟོ་གླིང་གཙང་བ་ཁམས་ཆོན་གྱི་རི་ཁོད་བ་བསྟན་འཛིན་ཆོས་  
མཆོག་ལགས་ཀྱིས་ཞབས་སྤུལ་དང་ལེགས་ཆའི་དགོངས་འཆར་སྤྱུག་ཅོམ་གནང་འབྲས་  
སུ་གཏོང་པོད་ཅན་ཤངས་ནས་གླིང་རྫོང་ཁོངས་བཀའ་ལྷན་བདེ་སྤྱིད་ཁྱིམ་ཆང་ནས་རྒྱ་སྐྱར་  
ཐོག་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་ལྷགས་ཅོམ་ཡོང་བའི་གསེལ་འདེབས་  
ལུས་བ་ལྟར། འགོ་བ་ཀྱན་ལ་མ་འདྲིས་པའི་མཇའ་བཤེས་ཆེན་པོ་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་  
ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་འཕགས་པོད་བྱ་བ་ཆེན་མཆོད་སྤྱིམ་མའི་གསེལ་འདེབས་  
དང་པའི་མཆོད་སྤྱིན་བཀའ་ཅོམ་དང་སྤྱུགས་སྤྱེ་ཐང་ལྷགས་བཀོད་བཀའ་འདྲིན་བསྐྱུངས་བ་  
ལྟར། འཕགས་ཡུལ་བཞུགས་སྐར་དུས་སྟོན་ཅེས་ཁང་གི་ལྷ་ཤེས་བ་རྒྱལ་ཅེ་རྫོང་མེ་སྐོང་  
སྤྱ་ཁང་གི་བྱ་ཐ་རྒྱུད་བྱ་རྒྱུད་ཆེ་རིང་དང་། གཞིས་ཅེ་བྱ་བ་རྒྱ་ལྷ་ཤེས་བྱ་རྒྱུད་གཉིས་ནས་རི་



མའི་འདུ་བྱེད་གནང་སྟེ་སྐྱེ་ཐང་ཕྱོད་གཙང་རྒྱས་བསྐྱུས་ཁག་གཉིས་འབྲི་བཞེངས་ཞུས་ཏེ་  
པོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༡༥༡ རབ་གནས་ཤིང་འབྲུག་ལོའི་པོད་ཆེ་ ༥ ཆེས་ ༡༥ ཏང་། ཕྱི་ལོ་  
༡༠༡༩ ཕྱི་ཆེ་ ༩ ཆེས་ ༡༩ སྐྱེའི་ཆེ་གཟའ་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་དགེ་བའི་ཉིན་པོད་གྱི་  
བྱད་མེད་ལྷན་ཆོགས་ནས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་པོད་ལུགས་དགྲུང་གངས་དགྲུ་བཅུར་མེབས་  
པའི་གོ་སྟོན་གྱི་བརྟན་བཞུགས་བསྐྱར་འབྱུང་དང་རྟེན་འབྲེལ་མ་བསྐྱིགས་ལྷན་བྱུ་བྱུང་བ་  
ལྟར་བརྟན་བཞུགས་གྱི་མ་འཛོག་དང་། མགོན་པོ་གང་གི་བཀའ་དགོངས་ལམ་སྟོན་བཞིན།  
རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་དུ་ཆགས་པའི་བཅུན་དགོན་ཁག་དུ་འབྱུང་ལམ་ཞུ་རྒྱུ་གོང་གཤམ་  
རྒྱ་འབྲ་དབུལ་གྱི་ཐང་ཏོག་རང་འགྲིགས་ཅན་སྐྱེ་ཐང་གངས་ ༥༠ ཏང་། གཞན་ཡང་ཨ་རི་  
ནས་དཔར་མའི་སྐྱེ་ཐང་གངས་ ༥༥ བཅས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་བྱུ་ཆེན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པའི་  
སྐྱེ་ཆེ་དང་མཉམ་པ་མཐའ་ཁྲས་བསྐྱར་འབྱེད་དགོན་སྐྱབས་དབྱུང་གཉིན་དམ་པར་སྐྱེ་ཆེ་  
ཡཞབས་པད་བརྟན་སྤྲད་གསར་བཞེངས་དད་འབྱུང་ཞུས་ཤིང་།

སྟོན་བྱུང་སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར། [རྗེས་འཇུག་གདུལ་བྱའི་ཉམས་ལེན།]

ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར། མགོན་པོ་གང་གི་བཀའ་དགོངས་ལམ་སྟོན་བཞིན་འཕགས་པོད་  
གཉིས་གྱི་མཁས་བྱུ་སྐྱེས་མ་དག་གི་རྣམ་ཐར་ཡང་མཐུན་གལ་ཤིན་དུ་ཆེ་བས། ལོ་མང་  
ཉམས་ཞིབ་ཐབས་འཆོལ་ཞུས་པར་བཀའ་བསྟན་གསུང་རབ་སྦྱ་མང་ཁྲོད་བཞུགས་པའི་  
རྣམ་ཐར་ཁུངས་བཅན་གང་རྟེན་སྒྲེགས་བམ་སྟོད་སྤྲད་བར་གསུམ་དུ་བྱེ་སྟེ་ཕྱོགས་  
བསྐྱིགས་ཞུས་ཡོད། དེ་ཡང་རྒྱལ་པའི་བསྐྱར་པ་རིན་པོ་ཆེར་རང་དོན་དུ་སྦོས་བསམ་སྟོན་  
གསུམ་དང་། གཞན་དོན་དུ་འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ། གཉིས་དོན་དུ་མཁས་བཅུན་བཟང་  
གསུམ་སོགས་མཁས་པའི་ཚུལ་དགྲུས་རབ་དུ་མཛོམས་ཤིང་། ལྷག་པར་སྐྱེས་རབས་ལས།

<sup>1</sup> སྐྱེས་པའི་རབས་གྱི་རྒྱུད། བསྐྱར་འབྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། པོད། [རྒྱ] སྐྱེས་རབས། དེབ་ཨང་ ༩༩ བ། བྱུང་གོའི་པོད་རིག་  
པ་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་། ༡༠༠༡ ལོ། ཤོག་གངས་ ༡༩༡

ཐོས་པའི་རྗེས་འདྲུག་སྐྱབ་པ་སྤྱིང་པོར་བྱེད། །

སྒྲིམ་པའི་རྫོང་ལས་ཆོགས་ཆུང་ཐར་བར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐོས་དོན་སྐྱབ་ལ་གཞིལ་བས་ནང་གི་ཉམས་རྟོགས་ཁྱད་པར་ཅན་  
ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འཁྱུངས་ཤིང་། གཅིག་ཏུ་བསྟན་འཕྲོར་སྟན་པའི་མཛད་འཕྲིན་རྒྱ་ཆེ་ལ།  
མངོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་ལ་མངའ་བརྟེན་པ། ཡང་སྒྲོས་དུག་གསུམ་བག་ཆགས་དང་  
བཅས་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་ཏེ་དག་བཅོམ་མའི་གོ་འཐར་ཐོབ་པ་རི་སྟེང་ཅིག་ཁྱོད་པའི་ཁོད་  
ནས། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བྱམས་བཅའི་སྟོན་པ་ཆེན་པོ་སྤྱི་རོར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་སྒྲོལ་བཟང་གསར་གཏོད་བཀའ་རིན་བསྐྱུངས་པའི་རབ་དང་  
ལུལ་དང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་འཕགས་པོད་གྲུབ་ཆེན་སྒྲིམ་མ་རྣམས་ནི།

༡ སྟོན་པའི་འཁོར་དག་བཅོམ་མའི་ནང་ནས་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆོག་ཏུ་  
ལུང་བསྟན་པར་མ་ཟད། རང་སྟོབ་འཁོར་ཆོགས་དུག་སྟོང་བལྟལ་ཏེ། བསྟན་པ་འདིར་བྱད་  
མེད་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཐོག་མ་དང་དག་བཅོམ་མའི་ཐོག་མར་གྱུར་པ་དག་བཅོམ་མ་སྒྲིམ་  
དགའི་བདག་མོ་དང་། ༢ སྟོན་པའི་ཡོས་བསྐྱར་རྒྱལ་གྱི་བཅུན་པོའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་  
ཉིད་བྱིས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་མཐར་གྱིས་བསྐྱོམས་ནས་འབྲས་བུ་ཐོབ་  
ཅིང་། རིག་པ་གསུམ་དང་མངོན་པར་ཤེས་པ་དུག་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱུད་དང་ལྷན་  
པར་གྱུར་པར་མ་ཟད། སྟོན་པའི་འཁོར་དག་བཅོམ་མའི་ནང་ནས་དབང་པོའི་སྐོ་སྒྲིམ་པ་  
དང་། འཛེམ་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པ་དག་བཅོམ་མ་གྲགས་འཛིན་མ། ༣ བསྟན་ཅི་  
དམ་ཆོས་འདུལ་བའི་གཞུང་ལས་མ་ཡི་སོ་ཐར་སྟེལ་བའི་སྟེང་གཞིའི་མཆོག་དང་། ཐུབ་  
པའི་བཅས་མཆོམས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་གཉིན་དུ་གྱུར་ཅིང་། མང་ཐོས་རྟེན་སྟོན་  
གསུམ་དང་ལྷན་པར་མ་ཟད། རིགས་པ་དང་གྲོལ་བའི་སྟོབས་པ་ཅན་དག་བཅོམ་མ་སྒྲོམ་  
དགའ་མོ། ༤ སྟོན་པའི་འཁོར་དག་བཅོམ་མའི་ནང་ནས་རྩ་འབྲུལ་དང་མཐུ་ཆེ་བ་རྣམས་གྱི་  
མཆོག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པ་དག་སྟོང་མ་ལྷན་ལའི་མདོག་ཅན། ༥ བྱིས་ནས་མཆོས་བཞིན་དུ་

དག་སྤོང་མ་ཟུང་ལའི་མདོག་གིས་པོ་ཉ་བྱས་ཏེ་འཕྲིན་ཆོག་གིས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟན་  
པར་རྫོགས་ནས་མཐར་དག་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་སྟེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འཁོར་  
དག་བཅོམ་པའི་ནང་ནས་ཆོས་འཆད་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པ་དག་བཅོམ་མ་ཆོས་  
སྤྱིན་མ། ༤ རྒྱ་གར་འཕགས་ལུལ་དུ་རྒྱལ་པོ་ཨིན་ཏུ་ཏིའི་སྤྱི་མོར་སྤྱི་འབྲུངས་ཤིང་།  
ཁྱིམ་ཐབ་སྤོང་བྱེད་དུ་མཛེ་ནད་བཞེས་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ན། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དངོས་སུ་ཞལ་གཟིགས་ཏེ་  
པོ་བསྟོད་སོགས་བསྟན་བཅོས་མང་དུ་བརྩམས་ཤིང་། བསྟུང་གནས་མཛད་པས་མཛེ་ནད་  
ལས་གྲོལ་ཏེ་ཆེ་འདི་ལ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་སྟེ། ཕྱི་ལྟར་ན་སྤོལ་མ། ནང་ལྟར་ན་རྡོ་  
རྗེ་པག་མོ། གསང་བ་ལྟར་ན་པག་མོ་དབྱ་བཅད་མ་དངོས་ཡིན་པ། དག་སྤོང་མ་དཔལ་མོ།  
༥ ཨོ་རྒྱན་ལུལ་གྱི་མེ་ཏོག་བཀོད་པའི་གནས་སུ་སྤྱི་འབྲུངས་ཤིང་། གནས་གསུམ་གྱི་  
དཔལ་པོ་དང་རྒྱ་གཞི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས་མགྲིན་གཅིག་ཏུ་མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ་ཞེས་  
མཆོན་གསོལ་བ་དང་། མཆོན་གྱི་རྣམ་གངས་བཙུའི་སྒོ་ནས་ཆོས་ཉན་ཞིང་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་  
སྟེ་བསྟན་འགྲུའི་དོན་དཔག་མེད་མཛད་ཅིང་། ཀྱ་རུ་ཀྱལྲའི་རིག་སྤྲུལ་གྲུབ་པར་མ་ཟད།  
མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་བཟུང་ནས་རྡོ་རྗེའི་སྤྱི་བསྐྱལ་པ་མ་སྟོང་བར་དུ་  
འགོ་བའི་དོན་མཛད་པར་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་པ་མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ། ༦ བཀྲ་ཆེན་རྒྱ་  
རོ་པས་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞིང་། གསང་སྤྲུལ་གྱི་པོ་ཉ་མཛད་དེ་མཆོག་དང་ཐུན་མོང་གི་  
དངོས་གྲུབ་ཐོབ་སྟེ། གཏུམ་མོ་བདེ་བློད་རང་འབར་དང་། སྤྱི་ལུས་ཆགས་སྤང་རང་གྲོལ།  
མི་ལམ་ཉིང་འབྲུལ་རང་དག། འོད་གསལ་གཉི་ཐུག་རང་སངས། འཕོ་བ་མ་བསྐྱེམས་

<sup>1</sup> ཕྱིས་གྲུབ་པ་ལ་གཤེགས་པས་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙམ་བཞེའི་ཁོད་ཀྱི་ལཱིམི་ཀ་ར་ཞེས་བའང་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་གྱི་རྣམ་  
གངས་ཡིན་པར་གྲགས་སོ།།

མངས་ཀྱིས། བར་དོ་རྒྱལ་བ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་གྲུ་ཆོས་དྲུག་གི་གདམས་པ་སྟེ་ལ་བར་  
མཛད་པ་པོ་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གྲུ་མ། ༩༽ གྲུབ་ཆེན་གྲུ་གྲུ་རི་པས་རྗེས་སུ་བརྒྱུང་ཞིང། དབང་  
བསྐྱུར་གདམས་པ་ཐོབ་སྟེ་ཅེ་གཅིག་སྤྱོད་ལ་གཞིལ་བས་མཁའ་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་སུ་  
གཤེགས་པ་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བཞི་འི་ནང་ཆོན་གྲུབ་ཆེན་མཆི་རྩ་བ། ༡༠༽ གྲུབ་ཆེན་ཀ་  
ན་པས་དབང་བསྐྱུར་རྗེས་སུ་བརྒྱུང་ཞིང། དབྱ་བཅད་ལུས་ཀྱི་སྤྱལ་བ་སྣ་ཆོག་མ་འབྱེད་པ་  
ལ་ཐོགས་པ་མེད་ཅིང། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་མངའ་བ་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བཞི་འི་ནང་ཆོན་  
གྲུབ་ཆེན་མེ་ཁ་ལ་བཅས་འཕགས་ལུལ་ཀྱི་དབྱ་བཅོས་མ་དང་གྲུབ་ཆེན་སྟེས་མ་ཞལ་  
གངས་བརྒྱ་དང།

११ ལུལ་ཡར་གླུང་དུ་རྒྱལ་རིགས་སུ་སྐྱེ་འཁུངས་ཤིང་། བཅོན་པོ་ཁྲི་སྟོང་ཕྱེ་བུ་  
 བཅོན་གྱི་བཅུན་མོར་གླུང་ཏེ་ཀུན་ལ་མོས་གྲུས་ཆེ་ལ། ཚུལ་ཁྲིམས་གཅིང་ཞིང་ཡོན་ཏན་  
 ལྡན་པ། དགོ་རྒྱས་ལི་མ་སྒྲིང་གི་སྤྲ་ཁང་བཞེངས་ཤིང་། དགོ་རྒྱས་དང་ཁ་ཁྱུག་གཅིག་  
 ལག་ཁང་གི་བྲིལ་ཆེན་བཞེངས་པ་དང་། གཡོས་སྦྱར་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པས་བསམ་ཡས་  
 རྒྱ་སྦྱར་སྒྲིང་དུ་བཀའ་བཞུགས་སྒྱུ་སྦྱར་མཛད་པ་པོ་ལོ་རྩ་བ་སུམ་བརྒྱ་ཅམ་ལ་ཟས་སྤྲ་བཅུ་  
 གསུམ་འབྲེན་པའི་ལག་དཔོན་མཛད་པར་མ་ཟད། ཆབ་སྲིད་ལའང་ཤིན་ཏུ་མཁས་པས་  
 འཕྲོ་བཟའི་ཁྲིམས་བྱ་རྒྱུང་ཞེས་པའི་སྟོལ་ཡང་བཏོད་ཅིང་། ཕྱིས་མཁན་པོ་བ་རྣམས་ཀྱང་  
 ཉས་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་མོད་ཀྱི་རབ་བྱུང་མའི་ཐོག་མར་གླུང་པ་འཕྲོ་བཟའཁྲི་རྒྱལ་མོ་བཅུན་ཏེ་  
 རོ་མོ་བྱང་ཆུབ་རྩེ་(དུས་རབས་བརྒྱད་པ།) १३ ཐོག་མར་ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྟོང་ཕྱེ་བུ་བཅོན་གྱི་བཅུན་  
 མོ་ཡོན་པ་ལ། ཕྱིས་སུ་སྟོབ་དཔོན་བརྒྱ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་གཟུངས་མར་ལུལ་ཏེ་ཐུགས་སྤྲས་  
 སུ་གླུང་ནས། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཆོས་གསུངས་ཆད་ཐེངས་གཅིག་ལ་མི་བརྗེད་པར་འཛིན་  
 ཐུབ་པའི་ཡོན་ཏན་མངའ་བ། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་

<sup>7</sup> བསྐྱེད་བརྩོན་གྱི་བསྐྱེད་བསྙུང་ལས། དཔལ་གྱི་རྫོང་མའི་དཀྲིལ་ལ་ཁོར་གྱི་ཚོ་ག་ཞེས་བླ་བ། གཤམ་འཕྲོ་ཅ་གི་གྲུ་མས་མཛད་  
བ། གཤམ་འཕྲོ་ཅ་གི་ཉིད་དང་། སོ་རྒྱུ་བ་སྨྲས་དང་མཆོག་སེཌ་གྱི་འཕྲུང་བ་སོགས་བཞུགས་སོ།

ཐོབ་པས། མཆོན་གྱིས་བསད་པའི་མི་རྒྱ་གསུམ་པོར་སྤོང་བྱས་ཤིང་། རྡོ་རྗེ་ཕུར་པའི་བཀའ་  
བབས་པར་མ་ཟད། མཁའ་འགྲོ་སྤྱིང་ཐེག་གི་ཆོས་བདག་ཏུ་གྱུར་པ། བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ཀྱི་  
གྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་ཐོག་མར་གྱུར་པ་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་<sup>(745-804)</sup>།

༡༣ ལའ་ཕྱིར་སྤྱི་འབྲུངས་པས་ལའ་སྤྱོན་དུ་མཆོན་ཐོགས་ཤིང་། མཁའ་འགྲོའི་  
མཆོན་རྟགས་ཐམས་ཅད་ཆང་བ། ས་དམ་པ་སོགས་བསྟེན་ནས་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་ཐུགས་  
ལ་འབྲུངས་པ་དང་། ལྟག་པར་ཞི་བྱེད་གཅོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་<sup>1</sup>ལྟ་ན་མེད་པ་གསར་དུ་མཛད་  
དེ་གཅོད་ཀྱི་གདམས་པས་བོད་ཁམས་བྲབ་པར་མཛད་པར་མ་ཟད། བོད་ཆོས་རྒྱ་ལ་དར་  
བར་མཛད་པ་པོ་མ་གཅིག་ལའང་ཀྱི་སྤྱོན་མ་<sup>(1103-1201)</sup>། ༡༤ སྤྱི་ལུས་ལ་བཀའ་ཤིས་པའི་རི་  
མོས་མཛེས་པར་མཆོན་ཞིང་། མ་ལོ་རྩ་བ་གཙུག་ཏུ་བསྟེན་ནས་གསན་བསམ་སྦྱབ་ལ་  
གཞིལ་བས་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་དང་ཉི་མོ་ལྟ་བུ་ལོན་པ་དང་། ལུས་གང་འདོད་དུ་སྦྱུལ་  
བསྦྱར་ཤེས་པ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིད་གོ་བ། རྒྱུད་གར་འདོད་དུ་འཛོངས་པ་  
བཅས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་རྣམ་བཞི་ཐོབ་ཅིང་། དུལ་ཉེར་བཞི་སོགས་སུ་ཐུགས་དམ་མཛད་  
པས་གྲུབ་པ་བརྟེན་ཏེ་གསང་སྤྱགས་ཆགས་ལམ་ལ་བརྟེན་པ་རྣམས་ཀྱི་མིག་གཅིག་ཏུ་  
གྱུར་པ་མ་གཅིག་ཞེས་<sup>(1062-1149)</sup>། ༡༥ རྗེ་བཙུན་མི་ལས་<sup>(1040-1123)</sup> མཆོན་ལྟན་ཀྱི་རྣམ་  
འབྱོར་མ་སྤྱོད་པའི་ཐོགས་སུ་འོས་པར་དགོངས་ནས། མན་ངག་མ་ལུས་པར་གནང་ཞིང་།  
རས་རྩུང་པ་<sup>(1085-1161)</sup> ལ་འདི་རྗེས་སུ་བྱུངས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐུགས་དམ་ཀྱི་  
ཐོགས་མཛད་ཅིང་། ཅེ་གཅིག་སྦྱབ་པ་མཛད་མཐར་ཉམས་སུ་བྲུངས་པའི་རྟགས་བརྟེ་  
དང་། ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་ས་ལམ་ཀྱི་སྤངས་རྟོགས་མཛོན་དུ་གྱུར་ནས། སྤྱི་ཆོ་  
འདི་ཉིད་ཀྱིས་མཁའ་སྤྱོད་དུ་གཤེགས་པ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྤྲེལ་རྣམས་ཀྱི་སྤིང་བཞིའི་ལ་

<sup>1</sup> མ་གཅིག་ལའང་སྤྱོན་གྱིས་མཛད་པའི་གཅོད་གཞུང་ནི། ༡ གཅོད་གཞུང་བཀའ་ཚུལ་ཆེན་མོ་དང་། ༢ ཡང་ཚུལ། ༣ ཉིང་  
ཚུལ། ༤ ལེུ་ལག། ༥ གནས་ཐེམ། ༦ ཁོང་ཞོལ། ༧ གསང་བ་བདེ་ཆོས། ༨ ལ་བརྒྱས་སྟོར་གསུམ། ༩ གཞི་ལམ་སྤོང་  
བ། ༡༠ བྱད་པར་ཀྱི་མན་ངག་དང་བཅས་བརྟེ་བཞུགས་སོ།

གྲུལ་མཆོད་ལྷའི་རས་ཚུང་མ། ༡༩ གཤེས་རྒྱུད་བཟང་ཞིང་ལས་ལ་བཙོན་པ་དང་། ལྷ་མ་  
ལས་ལ་མཁས་པའི་སོ་ནམ་པའི་བྱ་མོ་སྤངས་པ་རི་དབང་དཔོན་གྱི་བག་མར་ཐེབས་ཏེ་དགའ་  
སྤྱད་མང་དུ་སྤྱད་ཅིང་། གདུག་གསོད་ལྟ་བུས་འདས་ལོག་བྱུང་བས་འཁོར་བར་ངེས་འབྱུང་  
དག་པོ་སྤྱེས་ཏེ་སྤྲོ་མ་བཟང་པོ་ཤུག་ཀྱི་ཆུལ་མཆོད་གྱི་བྱུང་དུ་དབང་སྤྱར། བན་དག་སོགས་  
ལྟ་སྟོན་སྤྱོད་གསུམ་ལ་བཙོན་པས་མཐར་མཁའ་སྤྱོད་དུ་གཤེགས་པ་རིགས་བཟང་གི་  
མཁའ་འཁྲོལ་སྤྱང་ས་འོད་འབུམ་ (དུས་རབས་༡༥?)། ༡༧ བོ་དོང་བཏ་ཆེན་དང་གྲུབ་ཆེན་  
ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ལས་མདོ་སྤགས་གྱི་ཆོས་ཚུལ་མང་དུ་གསན་ཞིང་། བོ་དོང་ལུགས་  
གྱི་ཆོས་བརྒྱུད་འདྲིན་པའི་བསམ་སྤྱིངས་དཔོན་པ་ལྷག་བཏབ། གསང་སྤགས་གྱི་དཀྱིལ་  
འཁོར་ཀྱན་གྱི་ལུམ་རྩོུ་ཐུག་མེད་སྤྱུལ་བར་གྲགས་པས་བསམ་སྤྱིངས་རྩོུ་ཐུག་མོ་ཞེས་  
སྤྱ་གྲགས་ཤིང་། དེའི་རྩོུ་ཐུག་པའི་ཡང་སྤྱིད་དོས་འདྲིན་ཁྱེ་ལམ་དར་ཏེ་བོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་  
གྱི་སྤྱུལ་སྤྱ་སྤྱ་པོས་སྤྱ་བྱུར་པ་བསམ་སྤྱིངས་རྩོུ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་  
(1422~1434-1455~1468)། ༡༨ གྲུང་རུར་སྤྱ་འབྱུངས་ཤིང་ཐོས་དོན་ཉམས་སྤྱ་བཞེས་ལ། ལྷེ་  
ལོ་ ༡༩༣༩ ལོར་བྱ་བྱུང་དུ་སྤྱིད་པོད་སྤྱེ་བ་ཆོས་རྩོུ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་  
བཀའ་ཆོས་མང་དུ་གསན། ལྷེ་ཐུག་དང་མདོ་སྤགས་ཤིང་དཔོན་ནས་ཆེ་ཆུང་བྱུམ་པ་གཏེར་  
ནས་གདན་དྲངས་པར་མ་ཟད། རྒྱ་འབྱུལ་དང་མདོན་ཤེས་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པས་བོད་  
གཞུང་ནས་ཀྱང་བཀའ་པོག་གིས་གཞེངས་བསྟོད་ཅིང་། རྩོུ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་  
ཆོད་ལྷན་དུ་གསུངས་པ་གྲུང་རུ་མཁའ་འཁྲོལ། ༡༩ སྤྱོས་རིགས་སྤྱ་སྤྱ་འབྱུངས་ཤིང་། ལོ་  
ཆེན་རྣམ་པའི་བྱུང་ནས་རབ་དུ་བྱུང་སྤྱེ་དོ་མཆོར་ཅན་གྱི་གདམས་པ་རྣམས་སྤྱ་གསུང་  
པར་མཛད་ལ། མཁས་པའི་བྱ་བ་རྣམ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་ནས་ངེས་གསང་རྩོུ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་

<sup>1</sup> རྩོུ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་ཐུག་མོ་  
བྱུམ་པ་རིག་འདྲིན་ཞལ་ལུང་དང་། ༢ དཔོན་མཆོག་སྤྱེ་འདུས་ཀྱི་ཁྱིད་ཡིག་མན་དག་གསལ་སྤྱོད་སྤྱིད་པོ། ༣ སྤྱིད་ཐུག་མོ་  
བྱུམ་པའི་ཡིག་བདེ་ཆེན་ལམ་བཟང་། ༤ བཀའ་དོང་སྤྱ་གསུང་གྱི་དབང་གི་ཆོག་མཆོམས་སྤྱོད་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་བདེ་ཆེན་ལམ་

པ་ཉམས་གསོ་དར་རྒྱས་ལ་བྱལ་ཐེས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལུང་གིས་ཟིན་པའི་བདེ་ཆེན་རྒྱུ་ལྡན་གཙོ་མོ་སྤྲོན་སྤྲོང་རྩེ་བཅུན་མི་འགྱུར་དཔལ་གྱི་སྤྲོན་མ་(1699-1769)། ༡༠ བྱང་འཕགས་འཁོན་གྱི་གདུང་ལས་སྐྱུ་འཁྲུངས་ཤིང་། ཟབ་ཆོས་གསུང་དག་རིན་པོ་ཆེ་ལམ་འབྲས་ལས་རོར་ལུགས་ཆོགས་བཤད་དང་། ཆར་ལུགས་སློབ་བཤད་གཉིས་ཀའི་མན་དག་གི་བརྒྱན་པ་འཛིན་ཅིང་། འཆད་པའི་སློན་སློབ་མའི་ཆོགས་མང་དུ་བསྐྱུངས་པར་མཛད་པ་རྒྱ་གཞི་གཙོ་མོ་རྩེ་བཅུན་ཏེ་མགྲིན་དབང་མོ་(1836-1896)། ༡༡ གནས་མཆོག་མཆོ་བསྐྱར་སྐྱུ་འཁྲུངས་ཤིང་། ལུལ་གནས་ངེས་མེད་དུ་རིས་མེད་སྤྲོ་མ་དུ་མའི་ཞབས་པད་གཙུག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་དབང་ལུང་གདམས་པ་མང་དུ་གསན་པར་མ་ཟད། བསྐྱར་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་ཀླང་མཁྱོགས་སོགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་གངས་ལྷག་མ་ཉི་ལོ་ཆེན་རྩེ་བཅུན་ཆོས་ཉིད་བཟང་མོ་(1853/1865-d.1951) བཅས་འཕགས་པོད་གྲུབ་ཆེན་སྤྲེས་མ་ཉེར་གཅིག་རྣམས་སོ།།

དེ་ལྟར་འཕགས་པོད་གྲུབ་ཆེན་སྤྲེས་མ་ཉེར་གཅིག་གི་རྣམ་ཐར་ཞིབ་གསལ་མཐུན་གལ་ཆེ་བར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་མཐོང་བས། ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་འཕགས་པོད་གྲུབ་ཆེན་སྤྲེས་མའི་གསོལ་འདེབས་དང་པའི་མཆོད་སྤྲོན་ལྟར་བཀའ་བསྐྱེད་གསུང་རབ་སྤྲོ་མང་ལས་བདུས་ཏེ་ཕྱོགས་བསྐྱེད་ལུས་ཤིང་། ཞར་བྱུང་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐུ་ལ་སྐྱུ་སྐྱུ་ཕྱེད་རིམ་བྱོན་ཡོངས་གྲགས་སུ་ངོས་འཛིན་གནང་ལམ་ཡོད་པ་བསམ་སྤྲིངས་དོན་རྩེ་ལག་མོ་སྐྱུ་ཕྱེད་རིམ་བྱོན་དང་། གུང་རུ་མཁའ་འགོ་སྐྱུ་ཕྱེད་རིམ་བྱོན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཡང་ཆབས་ཅིག་ཕྱོགས་བསྐྱེད་ལུས་ཡོད།

བཟང་། ༡ ལྷ་མ་འག་པོའི་ལྷ་ཁྱིད་ཀྱི་དམིགས་རིམ། ༢ མཁའ་འགོ་གསང་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་རིམ་བཞིའི་ལམ་ཟབ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཁྱིད་ཡིག་མན་དག་གསལ་སྟོན། ༣ ཅ་བ་གསུམ་གྱི་གཏོར་འབུལ་ལག་ལེན་བདེ་ཁྱད་བྱེད་ཚུལ། ༤ ཨ་ཏི་ཟབ་དོན་སྤྲོད་པོའི་ཁྱིད་དམིགས་ཟིན་གྲིས་སུ་སྤེལ་བ་ཀུན་བཟང་དགོངས་རྒྱན་བཅས་བཞུགས་སོ།།



དེ་ཡང་སྒྲེགས་བཅ་སྟོད་ཆར། ༡ དག་བཅོམ་སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་དང་། ༢ དག་  
བཅོམ་མ་གྲགས་འཛིན་མ། ༣ དག་བཅོམ་མ་སྟོམ་དགའ་མོ། ༤ དག་སྟོང་མ་ལྷན་ལའི་  
མདོག་ཅན། ༥ དག་བཅོམ་མ་ཆོས་སྒྲིབ་མ། ༦ མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ། ༧ གྲུབ་ཆེན་  
ནི་གྲུ་མ། ༨ གྲུབ་ཆེན་མཆི་ན་པ། ༩ གྲུབ་ཆེན་མེ་ཁ་ལ། ༡༠ གྲུབ་ཆེན་མེ་ཁ་ལ། ༡༡ བཅུན་མོ་བྱང་ཆུབ་ཇེ། ༡༢  
མ་གཅིག་ལ་བ་ཀྱི་སྟོན་མ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དང་། སྒྲེགས་བཅ་བར་ཆར། ༡༣ མཁའ་  
འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཁག་དགྲ། སྒྲེགས་བཅ་སྟོད་ཆར། ༡༤ མ་གཅིག་ཞ་  
མ་དང་། ༡༥ མཆོ་ལྷའི་རས་ཆུང་མ། ༡༦ ལྷ་སྟོད་སྟོད་ས་འོད་འབྱུང་། ༡༧ བསམ་  
སྤངས་ཇེ་བཅུན་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་མེ། ༡༨ གྲུང་རྩ་མཁའ་འགྲོ་མ། ༡༩ སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཇེ་བཅུན་མི་  
འགྱུར་དཔལ་ཀྱི་སྟོན་མ། ༢༠ ས་སྐྱའི་ཇེ་བཅུན་རྩ་མགྲིན་དབང་མོ། ༢༡ རྒྱག་གསེབ་མཆི་  
ལོ་ཆེན་ཇེ་བཅུན་ཆོས་ཉིད་བཟང་མོ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་རྒྱས་བསྟུས་རྣམ་གངས་ ༢༢ རྟེན་  
སོན་བྱང་བ་རྣམས་སྒྲེགས་བཅ་སྟོད་སྟོད་བར་གསུམ་དུ་ཕྱེ་སྟེ་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་ལེགས་  
བསྒྲིགས་ཞུས་ཡོད་པ་བཅས། གྲུས་ཉམས་ཞིབ་ཕྱོགས་སྒྲིག་པ་རྣམ་གྲུབ་བསྟན་ཡར་  
འཕེལ་བས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ལྷ་བ་ ༩ ཆོས་ ༢༠ དགེ་བར།

## ༣༡། །སྒྲེ་དགའའི་བདག་མོ་གྲོ་མྱེ་སྒྲིལ་གས་ཤུག་མོ་ལྷ་བརྒྱུ་ བཅས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས།

།འདུལ་བ་ལུང་ཐོན་ཆོག་གི་གཞི་ལས་བཏུས།<sup>1</sup>།

སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་སེར་སྒྲུའི་གནས་ཤིང་ཐོ་རྒྱའི་ཀུན་དགའ་ར་བ་  
ན་བཞུགས་ཏེ། དེ་ནས་གྲོ་མྱེ་སྒྲེ་དགའའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལྷ་གྲོ་མོ་ལྷ་བརྒྱུ་དང་ལྷན་ཅིག་  
ཏུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་གང་ན་བ་དེར་དོང་སྒྲེ་ཕྱིན་པ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་  
མགོ་བོས་བྱག་འཆལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འཁོད་དོ། །ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འཁོད་ནས། གྲོ་  
མྱེ་སྒྲེ་དགའའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་ཡང་དག་པར་  
བསྟན། ཡང་དག་པར་བསྟུལ། ཡང་དག་པར་གཟེངས་བསྟོད། ཡང་དག་པར་དགའ་བར་  
བྱས་མོ། །རྣམ་གྲངས་ཏུ་མར་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་གྱིས་ཡང་དག་པར་བསྟན། ཡང་དག་པར་  
བསྟུལ། ཡང་དག་པར་གཟེངས་བསྟོད། ཡང་དག་པར་དགའ་བར་བྱས་ཏེ་ཅང་མི་གསུང་བ་  
དང་། གྲོ་མྱེ་སྒྲེ་དགའའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་སྟན་ལས་ལངས་ཏེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་གང་ན་བ་  
དེ་ལོགས་སུ་ཐལ་མོ་སྒྱུར་ཏེ་བྱག་འཆལ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་  
ཏོ། །བཅུན་པ་དེ་སྒྲེ་བྱད་མེད་ཀྱིས་དག་སྦྱོང་གི་འབྲས་བུ་བཞི་འཛོལ་བའི་སྐབས་མཆིས་ན་  
བྱད་མེད་རྣམས་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་སྒྲེ་བསྟེན་པར་

<sup>1</sup> བཀའ་འབྱུང་དཔེ་བསྟར་མ། འདུལ་བ། །དེ་ལ་ཨང་ ༡༡ བ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟར་ཁང་། ༢༠༠༤ ལོ། ཞོག་  
༢༥༢ ནས་དང་། འཕགས་བོད་ཀྱི་སྒྲིལ་ཆེན་མ་དག་གི་རྣམ་ཐར་ཐར་བ་བརྒྱ་དཀར་པོའི་ཐེང་བ། །དེ་ལ་བོད་སྐད་སྐད་མོ་  
ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་སྟར་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཞོག་གྲངས་ ༢༡ ནས་ ༣༡ བར་བཞུགས་པ་ལས་བཏུས་པའོ།

རྫོགས་ནས་དག་སྒྲིབ་མའི་དངོས་པོ་སྟོན་ཅིང་བྱུང་མེད་རྣམས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱང་ན་  
ཆངས་པར་སྟུང་བ་སྟོན་དུ་གསལ་ཞེས་གསལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྐྱེ་དགའི་  
བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །

གྲོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་བྱིད་འདི་ལྟར་བྱིས་མི་མོའི་གོས་དཀར་པོ་གྲོན་ལ་ནམ་འཆོའི་བར་དུ་དེ་  
འབའ་ཞིག་པ་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ། ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཆངས་པར་  
སྤྱད་པ་སྤྱད་ཅིག་དང་། ཁྱིད་ལ་ཡུན་རིང་པོའི་དོན་དང་། བན་པ་དང་། བདེ་བར་འགྱུར་  
ངོ། །གྲོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་བྱིད་འདྲའི་བདག་མོ་ཆེན་མོས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅས་གསོལ་དོ། །བཅུན་པ་དེ་སྟེ་བྱད་མེད་ཀྱིས་དགོ་སྤྱོད་གི་འབྲས་བུ་  
བཞི་འཕོབ་པའི་སྐབས་མཆིས་ན་བྱད་མེད་རྣམས་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་  
ལ་རབ་དུ་བྱང་སྟེ་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་དགོ་སྤྱོད་མའི་དངོས་པོར་སྤྱོད་ཅིང་བྱད་མེད་  
རྣམས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བྱང་ན་ཆངས་པར་སྤྱད་པ་སྤྱོད་དུ་གསོལ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་གྲོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་བྱིད་འདྲའི་བདག་མོ་ཆེན་  
མོ་ལ་གྲོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་བྱིད་འདི་ལྟར་བྱིས་མི་མོའི་གོས་དཀར་པོ་གྲོན་ལ་ནམ་འཆོའི་བར་དུ་དེ་  
འབའ་ཞིག་པ་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ། ཡོངས་སུ་དག་པ། ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཆངས་པར་  
སྤྱད་པ་སྤྱོད་ཅིག་དང་། ཁྱིད་ལ་ཡུན་རིང་པོའི་དོན་དང་། བན་པ་དང་བདེ་བར་འགྱུར་  
ངོ། །ཞེས་བཀའ་སྩལ་བ་དང་། དེ་ནས་གྲོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་བྱིད་འདྲའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་ཀྱིས་ལན་གསུམ་དུ་མ་གཞང་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་  
བྲག་འཆའ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བྱང་ནས་དོང་ངོ། །

དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སེར་སྒྲུའི་གནས་ན་ཇི་སྲིད་དགེས་ཀྱི་བར་དུ་  
བཞུགས་ནས་ལྷུང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་བསྐྱམས་ཏེ། དུལ་ན་དེ་ཀ་གང་ན་བ་དེར་རྒྱ་ཁིང་  
གཤེགས་པ་དང་། ལོ་ཉ་སྟེ་སྟེ་དགྲའི་བདག་མོ་ཆེན་མོས་བཅོམ་ལྷན་འདས་སེར་སྒྲུའི་  
གནས་ན་ཇི་སྲིད་དགེས་ཀྱི་བར་དུ་བཞུགས་ནས་ལྷུང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་བསྐྱམས་ཏེ།

ཡུལ་ན་དེ་ཀ་གང་ན་བ་དེར་རྒྱ་ཞིང་ག་ཞེགས་པར་ཐོས་སོ། །དེ་ལྟར་ཐོས་པ་དང་ཤུག་མོ་  
ལྷ་བརྒྱ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རང་གིས་མགོ་བློགས་ཏེ་ཆོས་གོས་བགོས་སོ། །མགོ་བློགས་ཤིང་  
སྤར་མ་གྲོན་ཏེ་བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་དགོངས་མལ་དུ་རྗེས་བཞིན་འབྲང་ཞིང་དོང་དོ། །

དེ་ནས་བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཡུལ་གླིང་ནས་ལྷོངས་རྒྱ་ཞིང་། ན་དེ་ཀར་གྲོན་ཏེ་ན་  
དེ་ཀའི་གྲུ་རྗེའི་གནས་ན་བཞུགས་སོ། །དེ་ནས་གོ་ཏ་ལྷོ་སྒྲེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལུས་  
ངལ། ལུས་ཆད། ལུས་དུབ་སྟེ། རུལ་གྱིས་ལུས་ལ་སོག་བཞིན་དུ་བཙམ་ལྷན་འདས་ག་ལ་  
བ་དེར་སོང་སྟེ་བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྲག་འཆལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་  
ཕྱིན་པ་དང་། འཁོད་དོ། །ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འཁོད་ནས་གོ་ཏ་ལྷོ་སྒྲེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་  
ནི་བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་གྱིས་ཡང་དག་པར་བསྟན། ཡང་དག་པར་  
བསྟན། ཡང་དག་པར་གཞེངས་བསྟོད། ཡང་དག་པར་དགའ་བར་བྲས་ཏེ། རྣམ་གྲངས་དུ་  
མར་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་ཡང་དག་པར་བསྟན། ཡང་དག་པར་བསྟན། ཡང་དག་པར་གཞེངས་  
བསྟོད། ཡང་དག་པར་དགའ་བར་བྲས་ཏེ་ཅང་མི་གསུང་བར་བཞུགས་པ་དང་། གོ་ཏ་ལྷོ་སྒྲེ་  
དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་སྟན་ལས་ལངས་ཏེ། བཙམ་ལྷན་འདས་གང་ན་བ་དེར་ཐལ་མོ་  
སྤར་ཏེ་བྲག་འཆལ་ནས་བཙམ་ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །

བཙུན་པ་དེ་སྟེ་བྱད་མེད་ཀྱིས་དགེ་སྦྱོང་གི་འབྲས་བུ་བཞི་འཛོལ་པའི་སྐབས་  
མཆིས་ན་བྱད་མེད་རྣམས་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ།  
བཙུན་པར་རྫོགས་ནས་དགེ་སྦྱོང་མའི་དངོས་པོ་སྦྱང་ཅིང་བྱད་མེད་རྣམས་བཙམ་ལྷན་  
འདས་ཀྱི་བྱང་ན་ཆངས་པར་སྦྱང་བ་སྦྱོང་དུ་གསོལ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། བཙམ་ལྷན་  
འདས་ཀྱིས་གོ་ཏ་ལྷོ་སྒྲེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་གོ་ཏ་ལྷོ་སྒྲེ་འདི་ལྟར་འདི་བཞིན་དུ་  
ནམ་འཆོའི་བར་དུ་མགོ་བློགས་ཏེ་སྤར་མ་གྲོན་ལ་ནམ་འཆོའི་བར་དུ་དེ་འབའ་ཞིག་ཡོངས་  
སུ་རྫོགས་པ། ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཆངས་པར་སྦྱང་བ་སྦྱོང་ཅིག་

དང་། ཁྱོད་ལ་ཡུན་རིང་པོའི་དོན་དང་། བཞུགས་པ་དང་། བདེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཀའ་སྩལ་  
ཏོ། །

གོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་དགུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་བཙུགས་ལྟར་  
འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསལ་ཏོ། །བཙུན་པ་དེ་སྟེ་བྱད་མེད་ཀྱིས་དགེ་སྦྱོར་གི་འབྲས་བུ་  
བཞི་འཛོམས་པའི་སྐབས་མཆིས་ན་བྱད་མེད་རྣམས་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་  
ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟན་པར་རྫོགས་ནས་དགེ་སྦྱོར་མའི་དངོས་པོར་སྦྱོད་ཅིང་། བྱད་མེད་  
རྣམས་བཙུགས་ལྟར་འདས་ཀྱི་བྱད་ན་ཆངས་པར་སྦྱད་པ་སྦྱོད་དུ་གསོལ། ཞེས་དེ་སྐད་  
གསལ་པ་དང་། བཙུགས་ལྟར་འདས་ཀྱིས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་གོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་དགུའི་  
བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་གོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་ལྟར་འདི་བཞིན་དུ་ནམ་འཆོའི་བར་དུ་མགོ་  
ཐེགས་ཏེ་སྦྱར་མ་གྱོན་ལ་དེ་འབའ་ཞིག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་།  
ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཆངས་པར་སྦྱད་པ་སྦྱོད་ཅིག་དང་། ཁྱོད་ལ་ཡུན་རིང་པོའི་དོན་དང་བཞུགས་  
པ་དང་བདེ་བར་འགྱུར་རོ། །གོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་དགུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་ལན་གཉིས་ལན་  
གསུམ་དུ་བཙུགས་ལྟར་འདས་ཀྱིས་མ་གནང་བ་དང་། ཕྱི་རོལ་གི་སྒྲོ་ཁང་གི་ཕྱོགས་གཅིག་  
ཏུ་འདུག་སྟེ་དུ་ཞིང་མཆི་མ་འབྱིན་ཏོ། །ཆེ་དང་ལྟན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་གོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་དགུའི་  
བདག་མོ་ཆེན་མོ་ཕྱི་རོལ་གི་སྒྲོ་ཁང་གི་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་ནས་དུ་ཞིང་མཆི་མ་བྱུང་བ་  
མཐོང་ངོ། །དེ་ལྟར་མཐོང་བ་དང་། གོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་དགུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་གོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་  
ཁྱོད་ཅིའི་ཕྱིར་ན་ཕྱི་རོལ་གི་སྒྲོ་ཁང་གི་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་ལ་དུ་ཞིང་མཆི་མ་འབྱིན་ཅེས་  
སྒྲིས་པ་དང་། བཙུན་པ་ཀུན་དགའ་བོ་འདི་ལྟར་བྱད་མེད་ཀྱིས་ལེགས་པར་བཤད་པའི་  
ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་བསྟན་པར་རྫོགས་ཏེ་དགེ་སྦྱོར་མའི་དངོས་པོར་མ་  
གནང་ངོ། །གོ་ཏ་མྱི་སྐྱེ་དེ་ལྟར་སྦྱོད་ཅིག་དང་ངས་བཙུགས་ལྟར་འདས་ལ་གསལ་ལོ། །

དེ་ནས་ཆེ་དང་ལྟན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་བཙུགས་ལྟར་འདས་གང་ན་བ་དེར་སོང་སྟེ་  
བྱད་དུ་བྱིན་པ་དང་། བཙུགས་ལྟར་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྲག་འཆལ་ཏེ་ཕྱོགས་

གཅིག་ཏུ་འདུག་པོ། རྒྱལ་ས་གཅིག་ཏུ་འདུག་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་བཅོམ་  
ལྡན་འདས་ལ་བཅུན་པ་དེ་ཉི་ལྟ་བུ་མེད་དགོ་སྟོང་གི་འབྲས་བུ་བཞི་འཛོལ་པའི་སྐབས་  
མཆིས་ན་བུད་མེད་དག་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་  
པར་རྫོགས་ནས་དགོ་སྟོང་མའི་དངོས་པོར་སྟོང་ཅིང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བྱུང་ན་བུད་  
མེད་རྣམས་ཆངས་པར་སྦྱད་པ་སྟོང་དུ་གསོལ་ཞེས་དེ་སྐད་གསོལ་པ་དང་། ཀུན་དགའ་བོ་  
ཁྱོད་བུད་མེད་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་པར་  
རྫོགས་ཏེ་དགོ་སྟོང་མའི་དངོས་པོར་མ་གསོལ་ཅིག །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཀུན་དགའ་བོ་  
ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་བུད་མེད་རབ་ཏུ་བྱུང་ན་ཆོས་འདུལ་བ་དེ་ཡུན་  
རིང་དུ་གནས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་འདི་ལྟ་སྟེ་ཀུན་དགའ་བོ་དཔེར་ན་བྱིས་གང་ན་བུད་  
མེད་མང་ཞིང་སྟེས་པ་ཉུང་བ་དེ་ན་རྒྱ་པོ་དང་མི་ལ་རྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོམས་པར་འགྱུར་  
ཞིང་རབ་ཏུ་ཆོམས་པར་འགྱུར་རོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་བུད་མེད་  
རབ་ཏུ་བྱུང་ན་ཆོས་འདུལ་བ་དེ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འདི་ལྟ་སྟེ། ཀུན་དགའ་བོ་དཔེར་ན། འབྲས་སྤ་ལུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཞིང་ལ་  
སེར་བའི་འཁོར་ལོ་མི་བཟད་པ་བབས་ན། འབྲས་སྤ་ལུ་དེ་ཉིད་ཉམས་པར་འགྱུར། རྣམ་  
པར་ཉམས་པར་འགྱུར། ཚུལ་མ་ཡིན་པས་མ་རུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དེ་བཞིན་  
དུ་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་བུད་མེད་རབ་ཏུ་བྱུང་ན། ཆོས་འདུལ་བ་འདི་ཡུན་རིང་དུ་མི་གནས་  
པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་ཀུན་དགའ་བོ་ཞིང་ཆེད་པའི་བྱིས་བདག་བྱ་རམ་ཤིང་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པ་ལ་བཅའི་ནད་བྱུང་ན་བྱ་རམ་ཤིང་དག་མ་རུང་བར་འགྱུར། རྒྱུད་ཐོས་པར་འགྱུར་  
རོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་བུད་མེད་རབ་ཏུ་བྱུང་ན་ཆོས་  
འདུལ་བ་འདི་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །འོན་ཀྱང་ཀུན་དགའ་བོ་ངས་བུད་མེད་  
རྣམས་ལ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་བརྒྱད་བཅས་པ་ལ་བུད་མེད་  
ཀྱིས་རྣམ་འཁོར་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་འདི་ལྟ་སྟེ་ཀུན་དགའ་བོ་བྱིས་བདག་ཞིང་

པས་དབྱར་འདས་ཏེ་སྟོན་གྱི་དུས་ན་ཆུ་བོ་འཕུར་བ་ཡང་བུང་ཆུ་བཅད་ན་ཆུ་དེ་བགགས་  
པས་འདའ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་  
པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་སྒྲ་མའི་ཆོས་བརྒྱད་བཅའ་བར་བྱའོ། །དེ་ལ་བྱད་མེད་  
རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་གྱིས་ཤིག །བརྒྱད་གང་ཞེ་ན། ཀུན་དགའ་བོ་  
དགེ་སློང་རྣམས་ལས་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་ནས་  
དགེ་སློང་མའི་དངོས་པོར་འགྱུར་བ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱའོ། །ཀུན་དགའ་བོ་ངས་འདི་ནི་  
བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་དང་པོར་  
བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཀུན་དགའ་བོ་  
དགེ་སློང་མ་དག་གིས་དགེ་སློང་པ་རྣམས་ལ་སྒྲ་བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སྟོན་པའི་ལུང་རྗེས་སུ་  
བསྐྱེན་པ་བཅའ་བར་བྱའོ། །

ཀུན་དགའ་བོ་ངས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་གཉིས་སུ་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་དུ་  
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་སློང་མ་དག་གིས་དགེ་སློང་པ་མེད་པའི་གནས་སུ་  
དབྱར་ཆུལ་དུ་མི་འཇུག་པར་བྱ་སྟེ། ཀུན་དགའ་བོ་ངས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་  
དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་གསུམ་དུ་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱད་མེད་  
རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་སློང་མ་དབྱར་ཆུལ་དུ་  
ཞུགས་པས་དགེ་འདུན་གཉིས་ཀ་ལ་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་དང་དོགས་པའི་གནས་གསུམ་  
དུ་སྐྱབས་དབྱེ་བར་བྱ་སྟེ། ཀུན་དགའ་བོ་ངས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་  
མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་བཞིར་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་  
འཁོའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་སློང་མས་དགེ་སློང་པ་ཆུལ་ཁྲིམས་  
ཉམས་པ་དང་། ལྟ་བ་ཉམས་པ་དང་། སྟོད་བ་ཉམས་པ་དང་། འཁོ་བ་ཉམས་པ་ལ་སྐྱེད་  
བར་མི་བྱ་བར་མི་བྱ་སྟེ། ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་སློང་མས་དགེ་སློང་པ་ལ་ཆུལ་ཁྲིམས་



ཉམས་པ་དང་། ལྟ་བུ་ཉམས་པ་དང་། སྟོང་བ་ཉམས་པ་དང་། འཆོ་བ་ཉམས་པ་རྣམས་སྐྱེང་བ་དང་། བྱ་བ་རྒྱུད་པ་དག་མི་གནང་ངོ་། །

དགོ་སྟོང་དག་གིས་ནི་དགོ་སྟོང་མ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་དང་། ལྟ་བུ་ཉམས་པ་དང་། སྟོང་བ་ཉམས་པ་དང་། འཆོ་བ་ཉམས་པ་ལ་སྐྱེང་བ་དང་། བྱ་བ་རྒྱུད་པ་ལ་དགག་པ་མེད་དེ། གུན་དགའ་པོ་ངས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་ལྡར་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཆོའི་བར་དུ་བསྐབ་པར་བྱའོ། །གུན་དགའ་པོ་དགོ་སྟོང་མས་དགོ་སྟོང་པ་ལ་ཆིག་ངན་པ་མི་སྤྲ། ཁྲོ་བར་མི་བྱ། བསྐྱུགས་པར་མི་བྱའོ། །གུན་དགའ་པོ་དགོ་སྟོང་མས་དགོ་སྟོང་ལ་ཆིག་ངན་པ་སྤྲ་བ་དང་། ཁྲོ་བ་དང་། བསྐྱུགས་པ་རྣམས་མི་གནང་སྟེ། གུན་དགའ་པོ་ངས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་བྱག་པར་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཆོའི་བར་དུ་བསྐབ་པར་བྱའོ། །གུན་དགའ་པོ་སྒྲ་མའི་ཆོས་ཉམས་ན་དགོ་སྟོང་མས་དགོ་འདུན་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲ་བ་བྱེད་ཀྱི་བར་དུ་མཉེས་པར་བྱ་བ་སྟོང་ཅིག །གུན་དགའ་པོ་ངས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་བདུན་དུ་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་གུན་དགའ་པོ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཆོའི་བར་དུ་བསྐབ་པར་བྱའོ། །གུན་དགའ་པོ་དགོ་སྟོང་མ་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པས་ད་གཞིན་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པའི་དགོ་སྟོང་ལ་ཆིག་སྤྲ་བ་དང་། བསྐྱེད་པ་དང་ལྡང་བ་དང་། ཐལ་མོ་སྤྱར་བ་དང་། བྱག་བྱ་བ་བྱ་སྟེ། གུན་དགའ་པོ་ངས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་བརྒྱད་དུ་བཅས་ཏེ། རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཆོའི་བར་དུ་བསྐབ་པར་བྱའོ། །

འདི་ལ་བྱད་མེད་གུན་དགའ་པོ་དེ་སྟེ་གོ་ཏ་ལྷོ་སྟེ་དགའའི་བདག་མོ་ཆེན་མོས་སྒྲ་མའི་ཆོས་འདི་བརྒྱད་ལ་ཡང་དག་པར་བཟུང་ཞིང་ནན་ཏན་དུ་བྱས་ན་འདི་ཉིད་དེ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའོ། །དེ་ཉིད་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པའོ། །དེ་ཉིད་ཉེས་པའི་དངོས་པོ་ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་པ་དང་།

དེ་ནས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་དགའ་བོ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་  
དགའ་སྟེ་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་འཆལ་ཏེ་  
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱང་ནས་སོང་ངོ་། །

གོ་ཏ་མྱི་སྟེ་དགའ་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ག་ལ་བ་དེར་དོང་སྟེ་ཕྱིན་པ་དང་། གོ་ཏ་མྱི་སྟེ་  
དགའ་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །གོ་ཏ་མྱི་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ལགས་  
པར་བཤད་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱང་ནས་བསྟེན་པར་རྫོགས་ཏེ་དགོ་སྒྲོང་མའི་  
དངོས་པོར་ནི་གནང་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་གོ་ཏ་མྱི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱི་  
ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་བརྒྱད་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱང་  
མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ནན་ཏན་དུ་བྱའོ། །བཅུན་པ་ཀུན་  
དགའ་བོ་བཀའ་སྒྲུལ་པ་དེ་ཉན་ཀྱིས་གསུངས་ཤིག །གོ་ཏ་མྱི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ནི་འདི་  
སྐད་ཅེས་བཀའ་སྒྲུལ་ཏོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དགོ་སྒྲོང་ལས་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་  
འབྱུང་བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་ཏེ་དགོ་སྒྲོང་མའི་དངོས་པོར་རབ་ཏུ་རྫོགས་པར་བྱའོ། །གོ་  
ཏ་མྱི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདི་ནི་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་བཅས་པ་དང་བོ་སྟེ། དེ་ལ་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་  
དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

གོ་ཏ་མྱི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཡང་བཀའ་སྒྲུལ་པ། ཀུན་དགའ་བོ་དགོ་སྒྲོང་  
རྣམས་ཀྱི་བྱང་ན་དགོ་སྒྲོང་མས་སྒྲ་བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སྟོན་པའི་ལུང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་བཅའ་  
བར་བྱའོ། །གོ་ཏ་མྱི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདི་ནི་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་  
མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་གཉིས་སུ་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་  
ནམ་འཁོའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །གོ་ཏ་མྱི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཡང་བཀའ་སྒྲུལ་པ།  
ཀུན་དགའ་བོ་དགོ་སྒྲོང་མས་དགོ་སྒྲོང་མེད་པའི་གནས་སུ་དབྱར་ཚུལ་དུ་མ་འཇུག་  
ཅིག །གོ་ཏ་མྱི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདི་ནི་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་

འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་གསུམ་དུ་བཅས་ཏེ། འདི་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་  
འཁོའི་བར་དུ་བསྐབ་པར་བྱའོ། །གྲོ་ཉ་མྱི་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཡང་བཀའ་སྒྲུལ་པ། ཀུན་  
དགའ་བོ་དགའ་ཚུལ་དུ་ཞུགས་པའི་དགེ་སྟོང་མས་དགེ་འདུན་གཉིས་ཀ་ལ་མཐོང་བ་དང་།  
ཐོས་པ་དང་། དོགས་པའི་གནས་གསུམ་དུ་སྐབས་དབྱེ་བར་བྱའོ། །གྲོ་ཉ་མྱི་བཙེམ་ལྷན་  
འདས་ཀྱིས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་  
ཆོས་བཞིར་བཅས་ཏེ། འདི་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་དུ་བསྐབ་པར་བྱའོ། །

གྲོ་ཉ་མྱི་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཡང་འདི་སྐད་གསུངས་སོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་  
སྟོང་མས་དགེ་སྟོང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་དང་། ལྷ་བ་ཉམས་པ་དང་། སྟོད་བ་ཉམས་པ་  
དང་། འཆོ་བ་ཉམས་པ་ལ་སྐྱེང་བར་མི་བྱ། རྩ་བར་མི་བྱའོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་སྟོང་  
མས་དགེ་སྟོང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་དང་། ལྷ་བ་ཉམས་པ་དང་། སྟོད་བ་ཉམས་པ་དང་།  
འཆོ་བ་ཉམས་པ་ལ་སྐྱེང་བར་བྱ་བ་དང་། རྩ་བར་བྱ་བ་མི་གནང་ངོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་  
སྟོང་གིས་ནི་དགེ་སྟོང་མ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་དང་། ལྷ་བ་ཉམས་པ་དང་། སྟོད་བ་ཉམས་  
པ་དང་། འཆོ་བ་ཉམས་པ་ལ་སྐྱེང་བར་བྱེད། རྩ་བར་བྱེད་པ་ལ་མི་གནང་བ་མེད་དོ། །གྲོ་  
ཉ་མྱི་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་ལྷ་བར་བཅས་ཏེ་འདི་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་དུ་  
བསྐབ་པར་བྱའོ། །

གྲོ་ཉ་མྱི་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཡང་བཀའ་སྒྲུལ་པ། ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་སྟོང་མས་  
དགེ་སྟོང་ལ་ཆིག་ངན་པ་སྐྱ་བར་མི་བྱའོ། །ཁྲོ་བར་མི་བྱ། བསྐྱེགས་པར་མི་བྱའོ། །ཀུན་  
དགའ་བོ་དགེ་སྟོང་མས་དགེ་སྟོང་ལ་ཆིག་ངན་པ་སྐྱ་བ་དང་། ཁྲོ་བ་དང་། བསྐྱེགས་པ་  
རྣམས་མི་གནང་སྟེ། གྲོ་ཉ་མྱི་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདི་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་  
དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཆོས་དྲུག་པར་བཅས་ཏེ། དེ་ལ་བྱད་མེད་  
རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོའི་བར་དུ་བསྐབ་པར་བྱའོ། །གྲོ་ཉ་མྱི་ཡང་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་



བཅུན་པ་གུན་དགའ་པོ་དེ་བཞིན་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱི་  
 ཉེས་པ་དགག་ཅིང་མི་འདའ་བར་བྱ་བའི་སྤར་སྒྲ་མའི་ཆོས་བརྒྱད་པོ་འདི་རྣམས་བཅས་ཏེ།  
 དེ་ལ་བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་འཁོར་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་བསྒྲིབ་པ་འདི་དག་ནི་བདག་གིས་  
 དག་དང་། ཡིད་དང་། སྦྱི་པོས་གྲར་མཛོད་དེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ནམ་གྱི་ཉ་མྱི་སྦྱེ་  
 དགའའི་བདག་མོ་ཆེན་མོས་སྒྲ་མའི་ཆོས་རྣམས་ཉམས་སུ་བྲུངས་པས་ན་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་  
 བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པའི་དགེ་སློང་མའི་དངོས་པོར་གཞན་བ་དེ་ན་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་  
 འདས་ལ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་སྤྱ་ཡིས་བཅུན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ནི་དེ་སྦྱེ་གྱོ་ཉ་མྱི་སྦྱེ་  
 དགའའི་བདག་མོ་ཆེན་མོས་སྒྲ་མའི་ཆོས་བརྒྱད་ཡང་དག་པར་བཟུང་ནས་ནམ་ཏན་བྱས་ན་  
 དེ་ལ་འདི་ཉིད་རབ་ཏུ་བྱུང་བའོ། །འདི་ཉིད་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པའོ། །འདི་ཉིད་དགེ་སློང་མའི་  
 དངོས་པོའི་ཞེས་བཀའ་སྩལ་ན། བཅུན་པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་བྱང་མེད་རྣམས་རི་ལྷར་རབ་  
 ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་ནས་དགེ་སློང་མའི་དངོས་པོར་བསྒྲིལ་ཞུས་པ་དང་།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། ལྷ་སྤྱ་ཡི་བྱང་མེད་གཞན་ནི་རིམ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་  
 དབྱུང་ཞིང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་བའོ། །

བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་གཞན་ནི་རིམ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་དམྱུང་ཞིང་  
བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་ཁྱོས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྩལ་ན་དགེ་སློང་དག་གིས་རི་ལྟ་བུ་རིམ་  
བཞིན་དུ་བ་མི་ཤེས་ནས་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་དགེ་སློང་དག་གིས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ལ་  
གསོལ་བ་དང་། བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། ལོ་ཉ་ལྔ་སྟེ་དགུ་འི་བདག་མོ་ཆེན་  
མོ་ལ་སོགས་པ་ཤུ་གུ་མོ་ལྔ་བརྒྱ་ཆམས་ནི་གླ་མའི་ཆོས་ཆམས་ཁས་གྲངས་པས་རབ་དུ་  
བྱུང་ཞིང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་ཏེ་དགེ་སློང་མའི་དངོས་པོར་གྱུར་ཏོ། ། །











གི་སྐྱ་ས་སྐྱ་པའི་གཞོན་སྤྱོད་དག་གིས་ཐོས་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཡུན་རིང་དུ་འཆོ་ཞིང་  
ཐུབ་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱལ་བར་བཞུགས་པར་གྱུར་ཅིག ། ཅེས་སྐྱ་འབྲེན་ཅིང་དབྱངས་སྒྲོགས་  
པར་བྱེད་དོ། །ས་སྐྱ་པའི་གཞོན་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱ་རྣམས་མཁའ་ལ་གནས་པའི་གཞོན་སྤྱོད་དང་།  
རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་རིས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་དང་། སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་དང་། འཐབ་བྲལ་དང་། དགའ་  
ལྡན་དང་། འབྲུལ་དགའ་དང་། གཞན་འབྲུལ་དབང་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་ནས། སྐད་  
ཅིག་དེ་དང་། ཐང་ཅིག་དེ་དང་། ཡུད་ཅམ་དེ་དང་། སྐད་ཅིག་དང་། ཐང་ཅིག་དང་། ཡུད་  
ཅམ་དེ་ལ་ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་བར་དུ་སྐྱ་གྲགས་པར་གྱུར་ནས། ཆངས་རིས་ཀྱི་ལྷ་  
རྣམས་ཀྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཡུན་རིང་དུ་འཆོ་ཞིང་ཐུབ་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱལ་བར་བཞུགས་  
པར་གྱུར་ཅིག ། ཅེས་སྐྱ་འབྲེན་ཅིང་དབྱངས་སྒྲོགས་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་མེ་ལ་འདི་སྐད་  
ཅེས་བཀའ་སྩལ་དོ། །གློ་མེ་ཁྱིཾ་ཁྱིཾ་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་མང་པོའི་བར་ཆད་བྱས་ཏེ། གློ་མེ་  
ཁྱིཾ་ཀྱི་སྤྱོད་དག་སྤོང་མ་ལྟ་བུ་པོ་དག་གིས་སྐྱ་ས་སྐྱ་པའི་གཞོན་སྤྱོད་དང་། རྣམ་མཁའ་ལ་གནས་པའི་  
གཞོན་སྤྱོད་དང་། རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་རིས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་དང་། སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་པ་དང་།  
འཐབ་བྲལ་དང་། དགའ་ལྡན་དང་། འབྲུལ་དགའ་དང་། གཞན་འབྲུལ་དབང་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་ནས། སྐད་ཅིག་དེ་དང་། ཐང་ཅིག་དེ་དང་། ཡུད་ཅམ་དེ་དང་། སྐད་ཅིག་  
དང་། ཐང་ཅིག་དང་། ཡུད་ཅམ་དེ་ལ་ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་བར་སྐྱས་བྲལ་བར་གྱུར་  
ཅིང་། ཆངས་རིས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་བཞེན་སྐྱ་སྤྱང་མོད་ཀྱི། གློ་མེ་དེ་བཞེན་  
གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་ནི་དེ་ལྟར་བྲག་མི་བྱ་  
སྟེ། དེ་ལྟར་བྲག་བྲས་པ་ནི་ལེགས་པར་བྲག་བྲས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

བཅུན་པ་དེ་བཞེན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ལ་བྲག་རི་ལྟར་བྲག་བྲས་པ་ནི་ལེགས་པར་བྲག་བྲས་པར་འགྱུར། གློ་

ཏ་མྱེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་ནི་འདི་  
ལྟར་བྲག་བྲ་སྟེ། བདག་གི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་འདུན་དང་བཅས་ཏེ་མཐུན་  
ཀྱན་ཏུ་དགལ། མི་ཚྩོད་ཅེ་གཅིག་འདོན་པ་གཅིག་ཅིང་ཆུ་དང་འོ་མ་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པ་ལྟ་  
བུར་གྱུར་ལ། སྟོན་པའི་བསྟན་པ་གསལ་བ་མཐོང་བར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་བྲག་བྲ་སྟེ། དེ་ལྟར་  
བྲག་བྲས་ན་ལེགས་པར་བྲག་བྲས་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཆེ་དགོ་སྟོང་ཞིག་གིས་  
ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་སྤྲེས་པ།

སྐྱེ་དགུའི་བདག་ཆེན་གྱོ་ཏ་མྱེས། །སྟོན་པའི་ཞབས་ལ་བྲག་འཆལ་ཏེ། །  
བདག་གི་བཅོམ་ལྡན་རིང་དུ་བཞུགས། །ཐུབ་ཆེན་བསྐྱལ་པར་བཞུགས་གྱུར་ཅིག །  
དེ་ཡིས་སྟོན་ལ་དེ་སྐྱད་གསོལ། །སྤྲེས་ལ་འདི་སྐྱད་བཀའ་སྦྱལ་ཏེ། །  
གྱོ་ཏ་མ་རི་ལྟར་བྲག་བྲས་པ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་བྲག་བྲས་མིན། །  
ཤེས་རབ་ལྡན་པ་རི་ལྟར་དུ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་བྲག་བྲས་མིན། །  
རི་ལྟར་ལེགས་པར་བྲག་བྲས་འགྱུར། །ཞུས་པ་བདག་ལ་བསྟན་དུ་གསོལ། །  
བཅོན་འགྱུས་བཅམས་པ་བདག་ཉིད་བཅོན། །ཏྲག་ཏུ་པ་རོལ་གཏོན་བཏྲན་པའི། །  
ཉན་ཐོས་མཐུན་པ་ལྟ་བུར་པ། །དེ་ནི་སངས་རྒྱས་བྲག་བྲས་འཆལ་ཡིན། །

སྐྱེ་དགུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གྱོ་ཏ་མྱེས་བསམས་པ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་དགོ་འདུན་མཐུན་  
པའི་བསྐྱུགས་པ་བརྫོད་པར་མཛད་དེ། དེའི་ཕྱིར་རི་སྟོན་བཅོམ་ལྡན་འདས་བཞུགས་ཤིང་  
དགོ་སྟོང་གི་དགོ་འདུན་མཐུན་པ་དེའི་ཆེ་བདག་ཡོངས་སུ་སྤྲེས་པས་འདའ་བར་བྱའོ་སྟུམ་  
དུ་རིག་ནས་སྟན་ལས་ལངས་ཏེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ག་ལ་བ་དེ་ལོགས་སུ་ཐལ་མོ་སྤྲེས་པ་  
བཏུད་ནས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྐྱད་ཅེས་གསོལ་ཏོ། །

བཏུན་པ་བདག་བསམས་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་སྤྲེས་པས་འདའ་བར་འཆལ་  
མོ། །དེ་སྐྱད་ཅེས་གསོལ་པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཅང་མི་གསུང་བར་བཞུགས་ནས།

སྐྱེད་གྲུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་མྱེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་འདི་  
སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཅུན་པ་བདག་བསམས་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་བྱ་བ་ལས་འདའ་  
བར་འཆལ་ལོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཅང་མི་གསུང་བར་  
བཞུགས་ནས། སྐྱེད་གྲུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་མྱེས་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྐད་  
ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཅུན་པ་བདག་བསམས་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་བྱ་བ་ལས་འདའ་བར་  
འཆལ་ལོ། །དེ་སྐད་ཅེས་གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྐྱེད་གྲུའི་བདག་མོ་ཆེན་  
མོ་གློ་ཉ་མྱེས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་རྟོ། །

གློ་ཉ་མྱེས་བྱ་བ་ལས་འདའ་བའི་བྱིར་སྤྲུམ། བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱ་བ་ལས་  
འདའ་བའི་སྐད་དུའོ། །གློ་ཉ་མྱེས་བྱ་བ་ལས་འདའ་བའི་བྱིར་སྤྲུམ། བདེ་བར་གཤེགས་པ་  
བྱ་བ་ལས་འདའ་བའི་སྐད་དུའོ། །གློ་ཉ་མྱེས་ཁྱེད་བྱ་བ་ལས་འདའ་བའི་བྱིར་སྤྲུམ། གློ་ཉ་  
མྱེས་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་ངས་སྤྱི་ཅི་དགོས། དགེ་སློང་མ་ལྟ་  
བརྒྱ་པོ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་གཉིས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་འཆལ་  
ནས་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཅུན་པ་བདག་ཅག་ཀྱང་བསམས་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་བྱ་  
བ་ལས་འདའ་བར་འཆལ་ལོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། གློ་ཉ་མྱེས་དག་བྱ་  
བ་ལས་འདའ་བའི་བྱིར་སྤྲུམ། བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱ་བ་ལས་འདའ་བའི་སྐད་དུའོ། །གློ་  
ཉ་མྱེས་དག་བྱ་བ་ལས་འདའ་བའི་བྱིར་སྤྲུམ། བདེ་བར་གཤེགས་པ་བྱ་བ་ལས་འདའ་  
བའི་སྐད་དུའོ། །

གློ་ཉ་མྱེས་དག་ཁྱེད་བྱ་བ་ལས་འདའ་བའི་བྱིར་སྤྲུམ་ན་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་དེ་  
ལྟ་བུའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་ངས་སྤྱི་ཅི་དགོས། དེ་ནས་སྐྱེད་གྲུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་མྱེས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་དགའ་ཞིང་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་ནས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་གཉིས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་འཆལ་ཏེ་སོང་ངོ་། །ཆེ་དང་ལྡན་པ་  
དགའ་བོ་དང་། མ་འགགས་པ་དང་། སྤྱི་གཙན་ཟེན་དང་། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀྱན་དགའ་བོ་ག་

ལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་ཕྱིན་ནས། ཆེ་དང་ལྡན་བ་ཀྱན་དགའ་བོའི་རྒྱུ་བ་གཉིས་ལ་བྱུག་འཆའ་  
 ཉེ། ཆེ་དང་ལྡན་བ་ཀྱན་དགའ་བོ་ལ་འདི་རྒྱུ་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །བཙུན་བ་བདག་ཅག་  
 བསམས་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་འཆའ་ལོ། །

གྲོ་ཏ་མྱེ་དག་བྱེད་མུ་རན་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་སྐྱེའམ། བཅུན་པ་ཀུན་དགའ་པོ་མུ་  
རན་ལས་འདའ་བའི་སྐད་དུའོ། །གྲོ་ཏ་མྱེ་དག་མུ་རན་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་སྐྱེའམ། བཅུན་  
པ་ཀུན་དགའ་པོ་མུ་རན་ལས་འདའ་བའི་སྐད་དུའོ། །གྲོ་ཏ་མྱེ་དག་བྱེད་མུ་རན་ལས་འདའ་  
བའི་ཕྱིར་སྐྱེ་ན་སྤར་མོ་དག་འདུས་བྱས་ནམས་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་དེད་གྱིས་  
སྐྱ་ཅི་དགོས། དེ་ནས་སྐྱེ་དགུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གྲོ་ཏ་མྱེ་དང་། འཁོར་དགེ་སྒོར་མ་ལྟ་བུ་  
དགེ་སྒོར་གནས་བརྟན་གནས་བརྟན་དག་གི་རྒྱུ་པ་གཉིས་ལ་མགོ་པོས་བྱལ་འཆའ་ཏེ་  
དབྱར་ཁར་དུ་སྒོར་ངོ་། །དེར་འཁོར་གསུམ་པོ་དག་གི་ནམ་པ་ལ་བརྟགས་ནས་ཉིན་ཞག་  
བདུན་དུ་གང་ཐོས་ནས་སེམས་ཅན་མང་པོས་བྱད་པར་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་  
བརྟན་ཏོ། །

དེ་ནས་ས་ཕྱོགས་པར་སྐྱབས་ཡངས་པ་ཞིག་ཏུ་དགེ་སློང་མའི་དགེ་འདུན་གྱི་གྲང་  
ལ་སྦྱིལ་མོ་གྲང་བྱེད་བཅས་ནས་འདུག་ལོ། དགེ་སློང་མ་དེ་དག་གྲང་དེ་བཞིན་ཏུ་འདུག་  
ལོ། དེ་ནས་སྦྱེ་དགྲའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཏ་སྤྱི་ཉིང་དེ་འཛོན་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱོམས་པར་  
ཞུགས་ཏེ། གང་ལ་སེམས་མཉམ་པར་བཞག་ན་རང་གི་སྟན་ལས་མི་སྒྲང་བར་གྱུར་ཅིང་།  
ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་མངོན་པར་འཕགས་ནས་སྦྱོད་ལམ་ནས་པ་བཞི་པོ་  
འཆག་པ་དང་། དཔྱང་བ་དང་། འདུག་པ་དང་། ཉལ་བ་དག་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་། མའི་  
ཁམས་ལ་ཡང་སྦྱོམས་པར་ཞུགས་སོ། །

མེའི་ཁམས་ལ་སྟོམས་པར་བྱགས་ནས། ལྷེ་དབྱའི་པདག་མོ་ཆེན་མོ་གྱི་ཏ་ལྷེའི་  
ལྷས་ལས་འོད་ཟེར་ནམ་པ་རྣ་ཆོགས་པདྨ་ལྷེ། རྩོན་པོ་དང་། སེར་པོ་དང་། དམར་པོ་  
དང་། དཀར་པོ་དང་། བཙོད་ཁ་དང་། ཤེལ་གྱི་ཁ་དོག་ལྷ་ལྷ་དག་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་། ཆོ་

འཕྲུལ་བྱུང་དག་གྲང་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། ལུས་ཀྱི་སྤྲད་ནས་མེ་འབར་ལ། ལུས་ཀྱི་སྤྲད་ནས་  
ཆུ་གང་མའི་རྒྱན་འབྱུང་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་སྤྲད་ནས་མེ་འབར་ལ། ལུས་ཀྱི་སྤྲད་ནས་ཆུ་གང་  
མའི་རྒྱན་འབྱུང་བར་བྱེད་དོ། །ཤར་ཕྱོགས་སུ་རི་ལྷ་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྟོ་དང་། ལུབ་དང་།  
བྱང་གི་ཕྱོགས་སུ་ཡང་དེ་བཞིན་བྱེད་དེ། འདི་ལྷར་ཕྱོགས་བཞིར་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་ཆོ་འཕྲུལ་  
ནས་བ་བཞི་པོ་དག་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་བྱགས་  
སོ། །དགེ་སྟོང་མ་ལྷ་བརྒྱ་པོ་དེ་དག་གྲང་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་བྱགས་སོ། །

བསམ་གཏན་དང་པོ་ལས་ལངས་ནས་བསམ་གཏན་གཉིས་བ་ལ། གཉིས་བ་  
ལས་བསམ་གཏན་གསུམ་བ་ལ། གསུམ་བ་ལས་བསམ་གཏན་བཞི་བ་ལ། བཞི་བ་ལས་  
ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལ། ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལས་ནམ་ཤེས་  
མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལ། ནམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་  
ལ། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ལས་འདྲ་ཤེས་མེད་འདྲ་ཤེས་མེད་མིན་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སྟོམས་  
བར་འབྲུག་ཅིང་། འདྲ་ཤེས་མེད་འདྲ་ཤེས་མེད་མིན་སྐྱེ་མཆེད་ལས་ལངས་ནས། ཡང་ཅི་  
ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སྟོམས་བར་ཁྲུགས་སོ། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ལས་ནམ་  
ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལ། ནམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལས་ནམ་མཁའ་མཐའ་  
ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལ། ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལས་བསམ་གཏན་བཞི་བ་ལ། བཞི་  
བ་ལས་གསུམ་བ་ལ། གསུམ་བ་ལས་གཉིས་བ་ལ། གཉིས་བ་ལས་བསམ་གཏན་དང་པོ་  
ལ་སྟོམས་བར་ཁྲུགས་སོ། །དེ་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོངས་སུ་ཐུ་  
ངན་ལས་འདས་སོ། །

དགེ་སྤྱོད་མ་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་གུང་དེ་བཞིན་དུ་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་དང་།  
 ལྷགས་པས་ལྟོག་པར་སྟོམས་པར་ཞུགས་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ཏེ་  
 ཡོངས་སུ་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ལས་འདས་སོ། །སྤྱི་དབྱུང་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་སྤྱི་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་ལས་འདས་  
 མ་ཐག་དུ་ས་ཆེན་པོ་གཡོས་པར་གྱུར་ཅིང་། སྐར་མདའ་ལྷུང་བ་དང་། ལྷགས་དམར་པོ་



དང་། བར་སྒྲང་ལ་སྒྲིའི་ཐོམ་མེད་ཀྱི་དག་བྱུང་ངོ་། །དེ་ནས་དག་སྒྲིང་གང་རི་རབ་ཀྱི་བར་  
 རིམ་དང་། གཞན་ཡང་སྒྲིང་བྱེད་དང་། སྒྲིང་རྣམ་དང་། ལུལ་འཁོར་དང་། རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་  
 དང་། དཔེན་པའི་གནས་མལ་དག་ན་བསམ་གཏན་བྱེད་པ་དེ་དག་གིས་ས་ཆེན་པོ་གཡོས་  
 བར་རིག་ནས་ས་ཆེན་པོ་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་གཡོས་ཞེས་བསམ་པ་ལ་ཞུགས་ན། རི་ཅོམ་ན་སྐྱེ་  
 དགྲའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་སྤྱིའི་འཁོར་ལྷ་བརྒྱ་དང་ཡོངས་སུ་བྱ་རན་ལས་འདས་པར་  
 མཐོང་ནས། དེ་དག་འདི་སྤྱམ་དུ་སེམས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱ་ཡོངས་སུ་བྱ་རན་ལས་  
 འདས་ན། དེའི་ལུས་ལ་མཆོད་པ་ལྷག་པར་བྱ་བ་ལ་བཙོན་པར་བྱས་འདོད་ངོ་སྤྱམ་ནས།  
 དེ་དག་ཤིང་ཅི་ཞིམ་པོ་དག་བྱེད་ནས་སྐྱེ་དགྲའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་སྤྱིའི་དབྱར་ཁང་དུ་  
 འོང་ངོ་། །བཙོན་ལྷན་འདས་ཀྱང་ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་ཀུན་ཤེས་རྒྱུ་ཅུ་དང་། འོད་སྤྱང་ཆེན་པོ་  
 དང་། རྒྱངས་པ་དང་། མིང་ཆེན་དང་། མ་འགགས་པ་དང་། སྤྱ་རིའི་བྱ་དང་། མོ་འགལ་གྱི་  
 བྱ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཞན་ཡང་དག་སྒྲིང་གི་དག་འདུན་ཆེན་པོ་དག་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་  
 སྐྱེ་དགྲའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་སྤྱིའི་དབྱར་ཁང་དུ་གཤེགས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་གོ་ས་ལའི་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་བཅུན་མོའི་འཁོར་དང་། གཞོན་  
བྱ་དང་། རྩོན་པོ་དང་། བྱོར་མི་དང་། ཡུལ་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བ་  
དང་། ཁྲིམ་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བ་དང་། རི་དྲགས་  
འཛིན་གྱི་མ་ས་ག་དང་། ལྷ་མཁའ་བྱང་སྟོང་གི་དང་། རྩིད་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཡུལ་སྤྱ་  
ཆོགས་ནས་སྤྲུགས་པའི་སྤྱེ་པོའི་ཆོགས་དག་ཀྱང་སྤྱེ་དགྲའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གོ་ཏེ་སྤྱིའི་  
དབྱར་ཁང་དུ་སོང་ངོ་། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱིས་རིན་པོ་ཆེ་དང་། གོས་སྤྱ་ཆོགས་  
གྱིས་བརྒྱན་པའི་ཁྲིགས་སྤྱ་བརྒྱ་དང་། ཅི་དང་། བདུག་སྟོས་དང་། མེ་ཉོག་དང་། མེར་བ་  
དང་། གདུགས་དང་། རྒྱལ་མཆོན་དང་། བ་དན་དང་། རོལ་མོའི་སྤྱ་རྣམས་སྤྱ་ཆོགས་དག་  
ཡུལ་ལོ། །

དེ་ནས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དགའ་བོ་དང་། མ་འགགས་པ་དང་། གུན་དགའ་བོ་དང་།  
སྒྲ་གཅན་ཟེན་གྱིས་སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་སྤྱིའི་ཁྱོགས་བཏེག་གོ། བཙུག་ལྷན་  
འདས་གྱིས་ཀྱང་བྱུག་གཡས་པས་བཟུང་ངོ་། དགེ་སློང་ལྷག་མ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་དགེ་  
སློང་མ་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོགས་བཏེག་གོ། དེ་ནས་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་ཁྱེད་ནས་ས་  
ཁྱོགས་བར་སྐབས་དཔེན་པར་ཁྱོགས་རྣམས་བཞག་གོ། དེ་ནས་བཙུག་ལྷན་འདས་གྱིས་  
སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཉ་སྤྱི་དང་། དགེ་སློང་མ་ལྷ་བརྒྱ་པོ་དག་གི་ལུས་ལས་སྒྲ་  
གོས་ཕུད་ནས། དགེ་སློང་རྣམས་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། དགེ་སློང་དག་སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་  
མོ་གློ་ཉ་སྤྱི་དང་། དགེ་སློང་མ་ལྷ་བརྒྱ་པོ་འདི་དག་ལོ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ལོན་ཡང་ལུས་ལ་གཉེར་མ་  
དང་། སྐྱ་དཀར་མེད་ཅིང་བྱ་མོ་ལོ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ལོན་པ་ལྟ་བུ་ལ་ལྟོས། དེ་ནས་ལུས་གོ་ས་ལའི་  
རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་བཅུ་ལྔ་མའི་ཆོགས་དང་། གཞོན་ཅུ་དང་། སྒྲོན་པོ་དང་། སྒྲོང་མི་དང་།  
ལུས་མི་དང་བཙས་པས་དེ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཤིང་གི་ཕུང་པོ་སྤྲངས་ནས་སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་  
ཆེན་མོ་གློ་ཉ་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་དགེ་སློང་མ་ལྷ་བརྒྱ་པོ་དག་བསྐྱེད་སྤྱོད་སོ། །

བཙུག་ལྷན་འདས་གྱིས་ཀྱང་མི་རྟག་པ་དང་ལྷན་པའི་ཆོས་དག་བཤད་ནས་  
གཙུག་ལག་ཁང་དུ་གཤེགས་སོ། །གཤེགས་ནས་ཀྱང་དགེ་སློང་གི་དགེ་འདུན་གྱི་གུང་ལ་  
གདན་བཤམས་པ་ཉིད་ལ་བཞུགས་སོ། །བཞུགས་ནས་དགེ་སློང་རྣམས་ལ་བཀའ་སྩལ་བ།  
དགེ་སློང་དག་འདི་ལྟར་སྤྱོད་པ་བྱུང་བ་ལ་སོས་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་ཉེས་དམིགས་འདི་ལྟ་བུ་  
དང་། གཞན་དག་ཀྱང་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་བས་ན་དགེ་སློང་གིས་སྤྱོད་པ་བྱུང་བ་ལ་སོས་ཞེས་  
བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །བརྗོད་ན་འགལ་ཆབས་ཅན་དུ་འགྱུར་ངོ་། དགེ་སློང་རྣམས་ཐེ་ཆོམ་  
སྤྱིས་ནས་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པ་སངས་རྒྱུས་བཙུག་ལྷན་འདས་ལ་ཁུས་པ། བཅུ་  
པ་སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་སོགས་པ་དགེ་སློང་མ་ལྷ་བརྒྱ་པོ་དག་གིས་ལས་ཅི་ཞིག་  
བགྱིས་ན། དེས་འདི་དག་སྤྱིས་ནས་དགུང་ལོ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ལགས་ཀྱང་ལུས་ལ་གཉེར་མ་  
དང་། སྐྱ་དཀར་མ་མཆིས་ཤིང་བྱ་མོ་དགུང་ལོ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ལོན་པ་ལྟ་བུ་ལགས། བཙུག་ལྷན་

འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲུབ་པ། དགེ་སློང་དག་སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གོ་ཏེ་སྤྲོ་ལ་སོགས་  
པ་དགེ་སློང་མ་ལྟ་བུ་སོ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ལས་ཆོག་སྟེད་པ། རྒྱུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ།  
འོད་པ་བཞིན་དུ་ཉེ་བར་གནས་པ། གདོན་མི་ཐ་བར་སྤྱང་བར་འགྱུར་བ་དག་བྱས་ཤིང་  
བསགས་ཏེ། སྐྱེ་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་སོགས་པ་དགེ་སློང་མ་ལྟ་བུ་སོ་དག་ཉིད་  
ཀྱིས་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དག་གཞན་སུ་ཞིག་གིས་སོ་སོར་སྤྱང་བར་འགྱུར། དགེ་  
སློང་དག་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དག་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་སའི་ཁམས་ལ་རྣམ་པར་སྤྲོན་པར་  
མི་འགྱུར། རྒྱུ་ཡོངས་ལ་མི་འགྱུར། མའི་ཁམས་ལ་མི་འགྱུར། རྒྱུ་ཡོངས་ལ་མི་  
འགྱུར་གྱི། འདི་ལྟར་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དག་ནི་ཐེན་པའི་  
ཕུང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆོད་དག་ལ་རྣམ་པར་སྤྲོན་པར་འགྱུར་ཏེ།

བསྐྱལ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་རྣམས་སུ་ཡང་། །ལས་རྣམས་རྒྱུ་ཐར་མི་འགྱུར་ཏེ། །

ཆོག་སྟེད་དུས་ལ་བབ་པ་ན། །ལུས་ཅན་རྣམས་ལ་འབྲས་བུར་སྤྲོན། །

དགེ་སློང་དག་སྤྲོན་བྱུང་བ་འདས་པའི་དུས་ན་བསྐྱལ་བ་བཟང་པོ་འདི་ཉིད་ལ་སྐྱེ་དགའ་  
རྣམས་ཀྱི་ཆེ་ལོ་ཉི་མེ་ཐུབ་པ་ན་སྤྲོན་པ་འོད་སྤང་ཞེས་བྱ་བ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱུང་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་  
ནས། དེ་སྤྱོད་ཁྱེད་ལ་རྩ་ཆ་སྤྲོན་པ་དང་སྤོང་སྤྲོ་བ་རི་དྲགས་ཀྱི་གནས་ན་རྟེན་ཅིང་བཞུགས་  
སོ། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་སྤྲོ་མ་བཞིན་ནོ། །

གང་གི་ཆེ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
མཛད་པ་མཐའ་དག་མཛད་ནས་ཤིང་ཐད་པའི་མེ་བཞིན་དུ་ཕུང་པོའི་ལྷག་མ་མེད་པའི་ཕྱ་  
ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་ཡོངས་སུ་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དེའི་ཆེ་རྒྱལ་པོ་གྱི་གྱི་  
ཞེས་བྱ་བས་དེའི་སྐྱེ་ལ་སྐྱེའི་མཆོད་པ་བྱས་ནས། ལམ་པོ་ཆེའི་བཞི་མདོར་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲོ་  
བཞི་ལས་བྱས་པའི་མཆོད་རྟེན་ཁོར་ལུག་དུ་དཔག་ཆོད་གཅིག་ཡོད་ལ་གནས་འཕང་དུ་  
དཔག་ཆོད་ཐུང་བ་བྱས་སོ། །རྒྱལ་པོ་གྱི་གྱིའི་བཙུན་མོ་དམ་པ་ལ་སོགས་པ་བུད་མེད་ལྟ་  
བུ་སོ་དེ་དག་རྣམས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ལུས་ལ་གཉེར་མ་དང་སྐྱེ་དགའ་བྱུང་ནས་རྒྱལ་

པོ་སྤྲུལ་པ་དང་། དེ་དག་པལ་ཚུན་སྤྲུལ་བར་བཅུམས་པ། གྲོགས་མོ་དག་ལྷན་དུ་བདག་  
ཅག་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྲུལ། དེ་དག་ལས་ཁ་ཅིག་གིས་སྤྲུལ་པ། འདི་ལ་དབྱེད་དུ་ཅི་ཡོད་བདག་  
ཅག་དུ་ལུས་གཉེར་མ་དང་སྤྲུལ་དཀར་ཅན་དུ་གྱུར་པས་དེའི་ཕྱིར་བདག་ཅག་སྤྲུལ་མོད།  
གཞན་དག་གིས་སྤྲུལ་པ། དེ་ནི་དེ་ལྟ་ཡིན་ཏེ། དེ་བདག་ཅག་ལྷ་ལ་རི་ཞིག་བྱ། ལུང་མེད་  
གཞུགས་དང་ན་ཆོད་དང་ལྷན་པ་གཞན་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་མགུར་  
སྤྲོད་གང་། དེའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་འོད་སྤྲུང་གི་མཆོད་རྟེན་གྱི་དུང་དུ་དོང་ནས་མཆོད་  
པ་བྱས་ལ་དེས་ན་བདག་ཅག་སྤྲུལ་ཆད་འཁོར་བར་ལུས་གཉེར་མ་དང་སྤྲུལ་དཀར་ཅན་དུ་མ་  
གྱུར་ཅིག །ཅེས་སྟོན་ལམ་གདབ་པར་བྱོ། །

དེ་དག་གིས་སྤྲུལ་པ། ལེགས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་བྱའོ་ཞེས་དེ་དག་གིས་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་སྤྲུང་གི་མཆོད་རྟེན་ལ་བྲི་དང་། སྤེང་བ་དང་། ལྷག་པ་དང་།  
གཞུགས་དང་། རྒྱལ་མཆོན་དང་། བ་དན་དག་གིས་མཆོད་པ་བྱས་ནས་མེ་རྟོག་རྣམས་སྤྲུལ་  
ཆོགས་བྲི་ཞིམ་ཞིང་མ་རྟེན་པའི་ཚུན་པོ་དང་། སྤེང་བ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དག་བཏགས་ནས།  
བདག་ཅག་གིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོན་གནས་སྤྲུལ་  
ན་མེད་པ་འོད་སྤྲུང་ལ་མཆོད་པ་བཞུགས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་འདིས་བདག་  
ཅག་སྤྲུལ་ནས་ལོ་བརྒྱ་ཉི་ལྔ་ལོན་ཡང་ལུས་ལ་གཉེར་མ་དང་སྤྲུལ་དཀར་མཆིས་པར་མ་གྱུར་  
ཅིག །ཅེས་སྟོན་ལམ་བཏབ་པོ། །

དགེ་སློང་དག་རི་སྤྲུལ་དུ་སེམས། རྒྱལ་པོ་གི་གྲུའི་བཅུན་མོ་དམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
ལུང་མེད་ལྷ་བརྒྱུ་པོ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་སྤྲུལ་དབྱེད་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་སོགས་པ་  
དགེ་སློང་མ་ལྷ་བརྒྱུ་པོ་འདི་དག་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་གིས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་འོད་སྤྲུང་གི་མཆོད་རྟེན་ལ་མཆོད་པ་བྱས་ཤིང་སྟོན་ལམ་བཏབ་པ་གང་ཡིན་  
པའི་ལས་དེའི་རྣམས་པར་སྤྲུལ་པས་ད་ལྟར་སྤྲུལ་ནས་ལོ་བརྒྱ་ཉི་ལྔ་ལོན་ཡང་ལུས་ལ་གཉེར་  
མ་དང་སྤྲུལ་དཀར་མེད་ཅིང་བྱམ་མོ་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པའི་གཞུགས་ལྷ་བྱུར་གྱུར་ཏོ། །

ཕྱིས་ཚུལ་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས།

༼ ཐབས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་ཟློན་ལན་བསལ་པའི་མདོ་ལས་བཞུགས།<sup>1)</sup>༽

དེའི་ཆོ་ན་སངས་རྒྱུ་གི་ཡུམ་སྐྱ་དགོས་མ་གྱི་ཉ་སྐྱ་དགོས་མ་དང་། བར་ཁྱིམ་ས་མ་  
དང་། དགོས་མ་དང་། དགོས་མ་ལ་སོགས་ཏེ་བྱད་མེད་ཐམས་ཅད་འདི་སྐད་ཅེས་  
སྐྱ་སོ། །སངས་རྒྱུ་གི་ཆོས་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བར་འགྱུར་བའི་ཡོན་ཏན་  
དང་ལྡན་ཏེ། འབྲས་བུ་ནུམ་པ་གསུམ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤམ་པའི་ཆོས་  
རྒྱ་མཚོར་འབྱུག་པ་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་ཡོད་མོད་གི་བདག་ཅག་  
བྱད་མེད་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མ་གཞན་ངོ་། །དེ་ཡང་བྱད་མེད་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱིབ་པ་མང་ཞིང་  
གཏོང་མི་མོད་པ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ལས་གངས་མེད་པས་  
སྐྱགས་པ་དང་། ཤེས་པ་རྒྱུར་ཞིང་ཞེན་པ་དང་། ལེ་ལོ་བྱེད་ཅིང་རྒྱལ་ཆེ་བ་དང་། ལུས་  
འདི་ཉིད་གིས་བྱང་ཆུབ་གི་རྒྱུར་མི་འགྱུར་ཞིང་། མཚན་སུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་ཐོབ་པར་མི་བྱང་  
བ་དང་། འཁོར་བར་འཁོར་བ་ན་འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོའི་འབྲས་བུའི་མཚོག་དགོ་བ་  
བརྩའི་ཆོས་གིས་འགྲོ་བ་མང་པོ་སྐྱད་མི་བྱས་པ་དང་། ཁོངས་པའི་རྒྱལ་པོའི་ཐབས་སྒྲ་ན་  
མེད་པ་མི་འཐོབ་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་དོན་བྱུང་མ་པའི་

<sup>1</sup> བཀའ་འགྲུར་དཔེ་བསྟར་མ། མདོ་སྡེ། རྒྱུ་དེབ་ཁང་ ༥༩ བ། ཟུང་གི་ཐོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟུན་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། ལོག་ ༢༥༠ ཟས་ ༥༡༩ བར་དང་། འབགས་ཐོད་ཀྱི་སྡེ་མཆོམ་དག་གི་ནམ་པར་ཐང་པ་བསྐྱེད་ཀྱང་ཐོའི་ཐོང་བ། རྒྱུ་དེབ་ཁང་ཐོད་ལྷིག་དཔེ་སྟེར་དཔེ་སྟུན་ཁང་། ༢༠༡༢ ལོ། ལོག་གངས་ ༩༩ ཟས་ ༩༩ བར་བཞུགས་པ་ལས་བདུས་པའོ།

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་དེ་བས་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
བྱད་མེད་ནམས་ཆོས་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་བ་མར་མ་གནང་ངོ། །

ལྟའི་བདུད་དམ་ངན་པར་ལྟ་བ་དང་། ལྟ་སྟེགས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་ངན་པར་  
ལྟ་བ་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་མེད་པར་བྱ་བ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་  
དང་། དགེ་འདུན་བཞིག་པར་འདོད་པ་དང་འབྲ་བར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བྱད་མེད་  
ནམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལ་མོས་ཀྱང་འཇུག་ཏུ་མ་གནང་སྟེ། ཁོ་མོས་བྱད་མེད་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཡང་དང་ཡང་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ཆོས་ལ་འཇུག་པར་གསོལ་བ་མ་གནང་ངོ། །དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་གསོལ་ཀྱང་  
མ་གནང་ནས་བསམས་པ་བཞིན་མ་གྱུར་ནས་ཁོ་མོ་མི་དགའ་བའི་ཐུང་ན་གིས་ནོན་ཏེ།  
མིག་མཆི་མས་གང་སྟེ་ཕྱིར་བྱུང་སྟེ་སོང་སོང་བ་ལས་ལམ་དུ་ཀུན་དགའ་བོ་དང་ཐུང་ནས་  
ཀུན་དགའ་བོས་ཁོ་མོ་ལ་ཡུམ་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་མི་དགའ་ཞིང་ཐུང་ན་བྱེད་ཅེས་ངེས་  
སོ། །ཁོ་མོ་དེའི་ཆེ་ན་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་སོ། །བདག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ཆོས་ལ་དད་ཅིང་མོས་ཏེ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་གསོལ་བ་ལས་  
མ་གནང་བས་དེའི་ཕྱིར་བདག་མི་དགའ་ཞིང་ཐུང་ན་བྱེད་དོ་ཞེས་སྒྲིས་པ་དང་། དེའི་ཆེ་  
ཀུན་དགའ་བོས་བདག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་སོ། །ཡུམ་མི་དགའ་བ་མ་བྱེད་ཅིག །བདག་  
གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་གསོལ་ཏེ་ཡུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ་  
ཞེས་སྒྲིས་སོ། །དེ་ནས་བདག་མོད་ལ་དགའ་བར་གྱུར་ཏོ། །

དེ་ནས་ཀུན་དགའ་བོས་སངས་རྒྱས་གང་ན་བ་དེར་སོང་ནས་ཕྱིན་པ་དང་འདི་སྐད་  
ཅེས་གསོལ་ཏོ། །བཙུན་ལྟོ་འདས་བདག་ལྟེན་གསོལ་བའི་སྐབས་དབྱེ་བར་གནང་ན་  
བཙུན་ལྟོ་འདས་ལ་ལྟེན་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། བཙུན་ལྟོ་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲུལ་པ། ཅི་  
དང་ཅི་འདོད་པ་ངེས་ཤིག་པར་བཀའ་སྒྲུལ་ཏོ། །དེ་ནས་བཙུན་ལྟོ་འདས་ལ་ཀུན་དགའ་  
བོས་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་ཏོ། །ཡུམ་གྱོ་ཏ་མྱེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་

གསེར་ཁྱེད་བསྐྱེད་བསྐྱེད་དེ། དེ་མཛོན་པར་སངས་རྒྱས་པའང་ཡུམ་གྱི་རྒྱུ་གྱིས་མཛོན་པར་  
རྩོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་ལགས་ཏེ། ཡུམ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་འིན་ཆེ་བ་ལགས་  
ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ལ་  
འབྲུག་ཏུ་གནང་ན་ཡུམ་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ལ་འབྲུག་པ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་འཚམ།  
བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། ཁྱོད་སྟེས་པ་བཞིན་ཏེ། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ལ་ཡུམ་འིན་ཆེ་བར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ན། བྱད་  
མེད་ནམས་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ལ་འབྲུག་པར་མ་གནང་ངོ། །གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པས་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ལ་བྱད་མེད་འབྲུག་ཏུ་གནང་བར་གྱུར་ན་དམ་པའི་  
ཆོས་ལོ་ལྟ་བུ་བརྒྱུད་སྤངས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་བས་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་བྱད་མེད་  
ནམས་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ལ་འབྲུག་པར་མི་དགེས་སོ། །

དེ་ནས་ཀུན་དགའ་བོས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་འཇམ་ཏེ། ཐལ་  
 མོ་རྒྱར་བ་བརྟུང་དེ། ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་རྒླད་ཅེས་གསལ་ཏེ། །བདག་མཛོན་དུ་  
 རྒན་པ་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འཁོར་བཞི་དང་ལྡན་ན་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་  
 བ་འབབ་ཞིག་འཁོར་བཞི་དང་ལྡན་པ་མ་ལགས་སམ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་  
 བཀའ་སྩལ་པ། དེ་ལྟར་གྱོ་ཏ་མྱེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལ་དད་ན་བཅོཅ་འབྱུང་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་  
 དེ། བཅུན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནམ་པ་བརྒྱད་ཡོངས་སུ་དག་པར་སྦྱོང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་  
 ལ་འབྱུག་ཏུ་གནང་ངོ། །དེ་ནས་ཀུན་དགའ་བོས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་  
 འཇམ་ཏེ། ལན་གསུམ་རྫོང་བ་བྱས་ནས་ཕྱིར་སོང་སྟེ་ཡུམ་ལ་འདི་རྒླད་ཅེས་སྟུགས་  
 མོ། །བདག་གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ནན་གྱིས་གསལ་ནས་ཡུམ་ཆོས་ལ་འབྱུག་ཏུ་  
 གནང་ངོ། །ཞིན་ཏུ་ལེགས་སོ། །ཀུན་དགའ་བོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 གསལ་ཏེ་ཡུམ་བསམ་པ་ལྟར་གྱུར་པ་ལེགས་སོ། །

ཡུམ་གྱིས་ཀུན་དགའ་པོ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བསྟན་པ་ལ་འབྲུག་ཏུ་གནང་  
བ་ཐོས་ནས་རབ་ཏུ་དགའ་ནས་བདག་གི་ལུས་མི་རྟག་པ་འདིས་དེར་འདིར་རྟག་པའི་རིན་  
པོ་ཆའི་ལུས་སུ་གྱུར་རྟོ། །བདག་གི་སྟོག་འདི་ཡང་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ཅིང་འགྱུར་ཞིང་འཕོ་  
བ་ལས་དེར་འདིར་རིན་པོ་ཆའི་སྟོག་ཏུ་གྱུར་རྟོ། །ད་ལྟར་བདག་གི་ལུས་དང་། སྟོག་དང་།  
ནོར་ཡང་རྒྱུན་འདུས་པ་ལས་ཡོད་པར་ཟད་དེ། ད་ནི་རིན་པོ་ཆའི་ནོར་རྟེན་པར་གྱུར་རྟོ། །དེ་  
ལྟར་བདག་གིས་པན་པ་དང་བདེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་མཐོང་བས་ཀུན་དགའ་པོ་ལ་ལྷག་  
པར་བཀྱར་སྟེ་བྱ་བ་དང་རིམ་གྱོ་བྱ་བའི་སེམས་སྤྲེལ་ཏེ་ཀུན་དགའ་པོ་ལ་འདི་སྐད་ཅིས་  
སྤྲེལ་སོ། །ཐེ་ཆོམ་མ་ཐ་ཞིག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་  
སྦྱོད་ཅིང་ལུས་དང་སྟོག་ཡལ་ཡང་ཉམས་པར་མི་བགྱིད་དོ། །དེ་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པས་བཅུན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཉམས་པར་མི་བྱ་བ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བསྟན་རྟོ། །

དེའི་ཆེ་ཡུམ་གྱི་ཏ་མྱི་སྟོང་ཟླ་ཆེན་པོའི་བྲག་གིས་མ་འོངས་པའི་བྱད་མེད་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཡང་འདི་སྐད་ཅིས་གསོལ་རྟོ། །བཅུན་པ་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་མ་འོངས་པའི་དུས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལ་དད་ཅིང་མོས་པ་ཞིག་མཆིས་ན་དེ་  
བསྟན་པ་ལ་འབྲུག་པར་གནང་བར་མཇུག་དུ་གསོལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་  
པ། ལེགས་སོ། །བྱད་མེད་གང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྤང་ཞིང་འཛིན་ལ་མཐར་གྱིས་ཚུལ་  
ཁྲིམས་དང་། སྦྱོན་པ་དང་། མང་དུ་སྟོས་པ་དང་། དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཉམས་སུ་ལེན་ན་  
རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་། ཁྲིམ་པར་འདུག་ཀྱང་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བ་གསུམ་དང་། གཏན་ཁྲིམས་  
ལྟ་དང་། ཁྲིམས་རྩོགས་པའི་བར་དུ་ནོད་ཅིང་རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་  
གི་ཆོས་ཀྱི་བར་དུ་འབྲུག་ཏུ་གནང་ངོ། །དེ་ལ་ནན་ཏན་བྱས་ན་འབྲས་བྱ་རྣམ་པ་གསུམ་  
ཡང་འཐོབ་ཅིང་། ལྷ་དང་མིའི་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བའི་བར་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ངོ། །

གྱི་ཏ་མྱི་སྟོང་དེ་སྐད་གསུངས་པ་ཐོས་ནས་རབ་ཏུ་དགའ་མགྱུར་ངས་དགའ་བའི་  
སེམས་སུ་གྱུར་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅིས་གསོལ་རྟོ། །བདག་གིས་འབྲས་བྱ་



ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་འདྲིན་ལགས་སོ། །བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
བཀའ་སྩལ་པ། དེ་སྐད་མ་ཟེར་ཅིག །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འདྲིན་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འདྲིན་ཡོད་ཅེའམ། འདྲིན་  
མེད་ཅེས་མི་དགོངས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འདྲིན་བགྲང་  
ན་མཉམ་སྟོམས་པའི་ཐུགས་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། གོ་ཏ་མྱེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་  
སེམས་ཅན་ལ་འདྲིན་ཡོད་ཅེའམ་མེད་ཅེས་དགོངས་ན་མཉམ་སྟོམས་པ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་  
རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་གང་གིས་སངས་རྒྱས་ལ་གཞོན་པ་ཞིག་བྱས་ན་ཡང་  
དེ་ལ་ཞེ་སྤང་བ་ཡང་མེད། སེམས་ཅན་གང་སྟོས་ཅན་དན་གྱི་འདེགས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་སྐུ་ལ་བསྐྱས་ན་ཡང་དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱེས་པར་མི་དགོངས་སོ། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་མཉམ་སྟོམས་པར་གཟིགས་ཏེ། འདི་ནི་ཀུན་དགའ་  
པོའི་འདྲིན་ཡིན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འདྲིན་མ་ཡིན་ན། ཀུན་དགའ་པོའི་རྒྱུན་གྱིས་བྱད་  
མེད་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པར་གྱུར་ཏོ། །

གོ་ཏ་མྱེ་མ་འོངས་པའི་དུས་ན་དགེ་སྦྱོང་མ་དང་། དགེ་བསྟན་མ་དང་། བྱད་མེད་  
རྣམས་ཉག་པར་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་ཀུན་དགའ་པོ་ལ་སེམས་ཤིག །བཀྱར་སྟེ་དང་རིམ་གྱོ་  
ཆེར་བྱས་ཏེ་མིང་ནས་ཡང་བརྗོད་ལ་རྒྱུན་དུ་འདྲིན་འདྲིན་པར་བྱའོ། །དེ་མ་ཡིན་ན་ཉིན་མཆོན་  
དུས་དུག་ཏུ་ཡང་མི་བརྗོད་པར་བྱའོ། །འདྲིན་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་གོ་ཏ་མྱེས་དགེ་སྦྱོང་མ་  
རྣམས་དང་། བྱད་མེད་རྣམས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བསྟོད། །བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་  
ཀུན་དགའ་པོ་ལ་སྐྱབས་སུ་གསོལ་ཏེ་སྟོག་ཕྱོགས་སོ། །བྱད་མེད་གང་ཞིག་ཉག་ཏུ་བདེ་  
སྦྱིད་པ་དང་། བཀྱའི་ས་པ་དང་། འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འདོད་ན་ཉག་ཏུ་དབྱིད་ཆེ་འབྲིང་པོའི་  
ཆོས་བརྒྱད་དང་། སྟོན་ཆེ་འབྲིང་པོའི་ཆོས་བརྒྱད་ལ་གོས་སར་པ་གཙང་མ་བགོས་ཏེ།  
སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་ཁྲིམས་བརྒྱད་མཆོས་ལ་དུས་དུག་ཏུ་བཙོན་འབྲས་  
བསྐྱེད་དེ་མཆོད་པ་བྱས་ན་ཀུན་དགའ་པོས་རྩེ་འབྲུལ་གྱི་མཐུས་སྟོ་བ་བསལ་ཅིང་བསམས་

འཕགས་པོ་ད་གྲུབ་ཆེན་སྤྲེས་མའི་ནམ་ཐར་དང་པའི་མཆོད་སྤྱིན། བོད། ༡༧༩༥

---

བ་བཞིན་ཏུ་གྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །འཁོར་མང་པོ་ནམས་ཆོས་ཐོས་བས་རབ་ཏུ་དགའ་ནས་  
བསྐྱོར་བ་བྱས་ནས་ཕྱིར་དོང་ངོ། ། །

༡༡། །སྟོན་པ་བྱུགས་ཆེ་ཅན་གྱིས་བཙུན་མོ་བྱུག་ཁྱི་བདེན་པ་ལ་  
བཀོད་ཚུལ་དང་སྐྱེ་ལྷན་དབྱ་གཅན་འཛིན་གྱི་མ་ལྷན་  
བྱུགས་འཛིན་མ་སྟོན་པ་ལ་ཆགས་ཚུལ་  
སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས།

།འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས་བརྒྱུས།<sup>1)</sup>

གང་གི་ཉི་མ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཕྱིར་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཉི་མ་ལ་བྱུགས་འཛིན་མ་  
སེམས་ཅན་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏོ། །གང་གི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དཀའ་བ་སྤྱད་པ་  
དེའི་ཆེ་བཙུན་མོ་ཡང་དཀའ་བ་སྤྱད་པ་ལ་ཞུགས་པས་བྱུགས་འཛིན་མ་མངལ་ཞུས་པར་  
གྱུར་ཏོ། །གང་གི་ཆེ་བཙུན་མོ་ལྷན་འདས་གྱིས་དཀའ་བ་སྤྱད་པ་དོན་མེད་པར་བྱུགས་སུ་ཆུད་  
ནས་ཅི་བདེར་དབྱུགས་འཛིན་པ་དང་། ཅི་བདེར་དབྱུགས་རྩལ་པ་དང་། འབྲས་ཆན་དང་  
ཟན་འོན་གྱི་ཞལ་ཟས་མང་པོ་གསོལ་ཞིང་། མར་དང་ཉིལ་མར་གྱིས་སྐྱེ་བྱུགས་ནས་ཆུ་  
འཇམ་པོས་སྐྱེ་འཁྱུ་བར་མཛད་པ་དེའི་ཆེ་བཙུན་མོ་ཡང་ཅི་བདེར་དབྱུགས་འཛིན་པ་དང་།  
ཅི་བདེར་དབྱུགས་རྩལ་པ་དང་། འབྲས་ཆན་དང་ཟན་འོན་གྱི་ཞལ་ཟས་མང་པོ་ཟ་ཞིང་། མར་  
དང་ཉིལ་མར་གྱིས་ལུས་བྱུགས་ནས་ཆུ་འཇམ་པོས་ལུས་འཁྱུ་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་མངལ་  
དེ་ཡང་སྤྲུལ་རྒྱས་པར་གྱུར་ཏོ། །

<sup>1</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། འདུལ་བ། །ང་། དེབ་ཨང་ ༤ བ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། རོག་  
༢༡༣ ནས་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྤྲེལ་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་ཐར་པ་བརྒྱ་དཀར་པོའི་ཐེངས་བ། །ང་། བོད་ལྗོངས་བོད་  
ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། རོག་གངས་ ༩༥ ནས་ ༡༡༤ བར་བཞུགས་པ་ལས་བརྒྱུས་བཞི།

དེའི་མངལ་གྱི་མཆོན་མ་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་དང་། རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་ཅོ་བྱི་བ་དང་  
བཅས་པར་སྐྱས་པ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དཀའ་བྱུང་གི་ནགས་སུ་བཞུད་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་  
བྱི་བྱེན་རྟོ། །དེས་སྐྱས་པ། ཁོ་མོའི་སྤྲིག་པ་ཞི་བས་བྱི་མ་བྱེན་རྟོ། །རི་མངོན་ཁྱོད་ཡིད་ཆེས་  
པར་བྱའོ། །རི་ཅམ་ཞིག་ན་དེ་བྱེད་ཞིག་བཅས་ཏེ། དེ་ཉི་མ་གང་ལ་བཅས་པའི་ཉི་མ་དེ་ཉིད་  
ལ་ཆོ་བ་སྐྱ་གཅན་གྱིས་ཟེན་རྟོ། །དེ་བཅས་པའི་བཅས་སྟོན་བྱས་ནས་བྱེད་ཀྱི་མིང་ཅིར་  
གདགས་ཞེས་མིང་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཉི་ལྟ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱས་པ། འདི་བཅས་པ་ན་  
ཆོ་བ་སྐྱ་གཅན་གྱིས་ཟེན་པས་དེ་བས་ན་བྱེད་ཀྱི་མིང་ནི་སྐྱ་གཅན་ཟེན་ལྟ་གདགས་སོ་ཞེས་  
བཏགས་སོ། །གཞོན་ནུ་བཅས་པ་ན་རྒྱུ་རྣམས་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྦྱང་བ་ཁོ་ནར་བྱེད་  
ནས། དེས་བདེན་པ་གསོལ་བ་བྱས་ཏེ། སྐྱ་གཅན་ཟེན་བཟང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
པར་ཆོད་ཀྱི་རྩོལ་ཞོན་ནས་རོལ་བ་རྗེར་གྱི་ནང་དུ་བཅུག་སྟེ། གལ་ཏེ་འདི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན་འཕྱོ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་དེ་བཅུག་པ་དང་། དེ་པ་རོལ་དུ་བྱུང་  
ངོ། །དེས་པ་རོལ་ནས་ཚུ་རོལ་དུ་འོང་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྐྱས་པ་དང་། དེ་པ་རོལ་ནས་ཚུ་  
རོལ་དུ་འོངས་ནས་དེ་རྣམས་ངོ་མཆོར་སྐྱེས་པར་གྱུར་རྟོ། །

གཤགས་འཛིན་མས་སྐྱས་པ། ཤེས་ལྡན་དག་རི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་  
སྐྱེས་པ་ཡིན་ཞིང་ཁོ་མོས་བྱི་མ་བྱེན་པར་ཡང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱའོ། །གང་གི་ཆེ་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་ཀྱིས་ལོ་དུག་གིས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཏེ་ལོ་བཅུ་གཉིས་འདས་པ་ན་  
སེར་སྐྱའི་གཞིར་བྱོན་ནས་ཉི་མ་གཅིག་ནི་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ་གདུགས་ཆོད་གསོལ། ཉི་མ་  
གཅིག་ནི་བཅུན་མའི་ནང་དུ་གསོལ་བ་དེའི་ཆེ་གཤགས་འཛིན་མ་འདི་སྐྱམ་དུ་སེམས་ཏེ། གང་  
གིས་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་བདག་གིས་དབང་དུ་འགྱུར་བའི་ཐབས་ལེགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་  
སྟེ་མོ། །སེར་སྐྱའི་གཞི་ན་ཀུན་དུ་རྒྱ་མོ་དབང་དུ་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་རྣམས་ལ་ཤིན་  
ཏུ་མཁས་པ་ཞིག་ཡོད་དེ། གཤགས་འཛིན་མས་དེ་ལ་ཀླར་ལྟ་བུ་ཆ་ལྟ་བུ་བྱེན་ནས་ཆེ་ཞེ་  
ཀླར་ལྟ་བུ་ཆ་འདི་རྣམས་ལས་དབང་དུ་བྱ་བ་བྱོས་ལ་སྐྱར་ཅིག །དེས་དབང་དུ་བྱ་བའི་ལ་དུ་

ཞིག་གྲགས་འཛིན་མ་ལ་བསྐྱར་བ་དང་། གྲགས་འཛིན་མས་སྐྱ་གཅན་ཟེན་གྱི་ལག་ཏུ་ཕྱིན་  
ནས་སྐྱས་པ། བུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཡབ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཕུལ་ཅིག །སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་  
རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུ་མི་མཐུན་པ་དང་། མི་གཟིགས་པ་དང་། བྲགས་སུ་མི་ཆུད་པ་དང་།  
རྣམ་པར་མི་རིག་པ་ཅི་ཡང་མི་མངའ་བས་བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགོངས་པ། གྲགས་  
འཛིན་མ་ལ་མི་སྟན་པ་གྲག་གིས་དེ་སྤང་བར་བྱའོ་སྟེ་རྣམ་བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སངས་  
རྒྱས་ལྟ་བུ་སྐྱུལ་པ་དང་། སྐྱ་གཅན་ཟེན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་བརྟགས་ནས་  
བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་པའི་ངང་ལ་བཞུགས་པ་ལ་ཕུལ་ལོ། །

བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཞེས་ནས་སྤང་ཡང་དེ་ལ་ཕྱིན་ཏེ་སྐྱ་གཅན་ཟེན་གྱིས་  
ཐོས་ལོ། །བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཡོན་བསྟོ་བ་མཛད་ནས་གཤེགས་པ་དང་། བཙུངས་ལྡན་  
འདས་ཀྱི་རྗེས་བཞེན་གཞོན་ཏུ་སྐྱ་གཅན་ཟེན་བཟང་པོ་འབྲངས་ནས་སྤང་བསྐྱོག་གྲང་དུས་  
ཏེ་སྤང་ལྟ་བུ་མ་བུ་བ་ལོ། །བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགོངས་པ། སེམས་ཅན་འདི་ནི་  
སྤྲིད་པ་ཐ་མ་བ་ཡིན་པས་འདིས་བྱིས་ཀྱི་གནས་པས་གནས་མི་ཤོད་དོ་སྟེ་མོ། །སྐྱ་གཅན་  
ཟེན་གྱིས་བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞལ་འཆོས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཟས་གཅོད་བཅུན་མའི་བྱད་  
མེད་དང་ལྷ་ཀྱ་རྣམས་དང་བཅས་པ་ངོ་མཆར་སྤྱིས་ནས། གྲགས་འཛིན་མ་ལ་སྐྱ་གཅན་པར་  
མཛོད་པར་དགའ་བར་གྱུར་རྟོ། །དེ་ནས་གྲགས་འཛིན་མའི་མི་སྟན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་  
ཅད་དུ་མེད་པར་གྱུར་རྟོ། །

བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གཞོན་ཏུ་སྐྱ་གཅན་ཟེན་བཟང་པོ་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་  
བརྟམས་པ། རྒྱལ་པོ་ཟས་གཅོད་གིས་ཐོས་ནས་དེ་བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱི་དབྱུང་དུ་སོང་སྟེ་  
ཕྱིན་ནས། བཙུངས་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྤྲད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཙུངས་ལྡན་འདས་གཤེན་  
གཞོན་ཏུ་སྐྱ་གཅན་ཟེན་བཟང་པོ་རབ་ཏུ་འཕྱིན་པར་མཛད་པར་ངེས་པར་ལྟ་ན། དེར་གྱི་  
གདུགས་གཅིག་ལ་མཆིས་སུ་གསོལ་ཅིག་དང་། འདི་ལ་དེའི་བར་དུ་བདག་གིས་མཆོད་པ་  
བགྱེད། །རྒྱལ་པོ་ཟས་གཅོད་གིས་སྐྱ་གཅན་ཟེན་གྱི་སྤྱི་པོའི་དུས་སྟོན་ཆེན་པོ་བྱས་ལོ། །དེ་

ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། ཤུ་རིའི་བྱ་གཞོན་  
ལྷ་སྐྱ་གཅན་ཟེན་རབ་ཏུ་བྱུང་ཤིག། བཅུན་པ་བཀའ་བཞིན་འཆའ་ཞེས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་  
རིའི་བྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལས་མཉན་ནས་གཞོན་ལྷ་སྐྱ་གཅན་ཟེན་བཟང་པོ་རབ་ཏུ་བྱུང་  
ངོ། །

དགེ་སློང་རྣམས་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིམ་ནས་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པ་སངས་རྒྱས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཁྱུས་པ། བཅུན་པ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་སྐྱ་གཅན་ཟེན་གྱིས་སྒྲེ་པོའི་ཆོགས་  
ཆེན་པོའི་དབྱས་སུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་དུས་ཞལ་འཆོས་པར་བཀྱིས་པ་ལ་གཟིགས།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། དགེ་སློང་དག་ད་ལྟར་གྱི་འདི་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་  
དེ། རི་ལྟར་འདིས་འདས་པའི་དུས་ན་ཡང་མེ་ཏོག་གི་ཐེང་བས་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་པ་དེ་ཉོན་  
ཅིག། དགེ་སློང་དག་སྒྲོན་བྱུང་བ་རི་འོར་ན་ཁྱིམ་བདག་ཅིག་གནས་པ་དེས་རིགས་མཉམ་  
པ་ལས་རྒྱུང་མ་སྤངས་ནས་དེ་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་ཅེ་བར་བྱེད། དགའ་བར་བྱེད། དགའ་  
མགུར་སྒྲོད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ཅེ་བར་བྱེད། དགའ་བར་བྱེད། དགའ་མགུར་སྒྲོད་པར་བྱེད་པ་  
ན་ཁྱེལ་ཞིག་བཅས་ནས་དེས་རྒྱུང་མ་ལ་སྤྲས་པ། བཟང་མོ་བདག་ཅག་གིས་བྱ་ལོན་དེད་པ་  
དང་ཞོར་འཕྲོག་པ་སྒྲིམ་གྱིས་ཐོང་ཐོགས་ཏེ་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་འཇུག་ཏུ་འབྱོལ། །

དེས་སྤྲས་པ། རིའི་སྤྲས་དེ་བཞིན་དུ་མཛོད་ཅིག། །དེ་ཐོང་ཐོགས་ཏེ་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་  
པོར་ཁྱགས་པ་ལས་དེ་ཉིད་དུ་འབྱོལ། །དེ་ནས་དེའི་རྒྱུང་མས་སྤྲ་བར་བསང་བ་བྱས་ནས་  
ལག་ལས་གྱི་མཐུ་དང་གཉེན་གྱི་མཐུས་བསྐྱུན་བསྐྱངས་ཏེ་བསྐྱེད་དོ། །དེ་དང་ཉ་ཅང་ཡང་  
མི་རིང་བ་ཞིག་ན་ཐ་ག་པ་རང་གི་བཟོ་ལ་མཁས་པ་ཞིག་གནས་ཏེ། དེ་རང་གི་བཟོས་  
ཐམས་ཅད་གྲུབ་པར་འགྱུར་ངོ། །དེས་དེའི་རང་གི་བཟོས་འཕྱོར་པ་འགྲུབ་པ་མཛོང་ནས་  
སྤྲས་པ། ཐ་གའི་ལས་ནི་མཆོག་ཡིན་གྱི། རྒྱ་མཆོར་འཇུག་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། དེར་  
སོང་ན་རྒྱལ་མ་ཡིན་པས་སྤྲུག་བསྐྱུང་བར་འགྱུར་ངོ། །དེས་ཐ་ག་པ་དེ་ལ་སྤྲས་པ། མིང་པོ་  
དཔོན་པོ་འདི་ཡང་ཐ་ག་པའི་ལས་སྒྲོ་བས་ཤིག། དེས་སྤྲས་པ། རུང་གིས་དེ་བཞིན་དུ་བྱུང་

ཞེས་དེས་དེ་ལ་བསྐྱབ་པར་བརྩམས་པ་ན་དེ་སྤྲིན་པོ་གཡེར་བག་ཅན་ཞིག་པས་དེས་དུས་  
ཟུང་དུ་ཞིག་གིས་ཐ་ག་པའི་ལས་རྣམས་ལོབས་སོ། །ཐ་ག་པ་དེ་ནི་བཟང་པོས་འབྱུང་བ་དང་།  
བཟང་པོ་གྲོན་པ་དང་། །ཁ་ཟས་བཟང་པོ་ཟ་ནས་ཁྲིའུ་དེས་སྤྲེས་པ། ཞང་པོ་ཁྲོད་ཀྱང་ལས་  
འདི་ཁོ་ན་བྱེད་ལ་བདག་ཅག་ཀྱང་འདི་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ལས་ཅིའི་ཕྱིར་ཁྲོད་ནི་བཟང་པོས་འབྱུང་།  
བཟང་པོ་གྲོན། ཟས་བཟང་པོ་ལ་ཡོངས་སུ་ལོངས་སྤྱོད་ལ། བདག་ནི་མི་འགྲུབ། དེས་སྤྲེས་  
པ། ཆ་པོ་བདག་ནི་ལས་གཉིས་བྱེད་དེ། ཉིན་པར་ནི་ཐ་ག་པའི་ལས་སོ། །རྒྱུ་མོ་ནི་རྒྱུ་  
པོ་བྱེད་དོ། །

དེས་སྤྲེས་པ། ཞང་པོ་གཡེར་དེ་ལྟ་ན་བདག་ཀྱང་རྒྱུ་པོ་བཞི་ལོ། །ཆ་པོ་ཁྲོད་ཀྱིས་  
རྒྱུ་པོ་བྱེད་མི་རུས་སོ། །ཞང་པོ་རུས་སོ། །དེས་བསམས་པ། དེ་ཞིག་འདི་བགས་པར་  
བྱའོ་སྤྲེས་ནས་དེ་ཁྲིད་དེ་ཆོང་འདུས་སུ་སོང་ནས་དེས་དེར་རི་བོང་ཞིག་ཉོས་ཏེ་དེ་ལ་གཏད་  
ནས་ཆ་པོ་དེ་ཞིག་སྤྲེགས་ཤིག་དང་། དེའི་བར་དུ་བདག་ཁྱས་བྱས་ནས་ལོང་ངོ་ཞེས་དེ་  
ཁྱས་བྱེད་དུ་སོང་བ་དང་། དེས་དེ་སྤྱར་བ་སྤྱར་བ་ཞིག་ཏུ་བསྤྲེགས་ནས་གཟུགས་གཅིག་  
ཐོས་སོ། །ཐ་ག་པ་དེ་ཁྱས་བྱས་ནས་ལོངས་ཏེ་ཆ་པོ་རི་བོང་བསྤྲེགས་སམ། ཞང་པོ་  
བསྤྲེགས་སོ། །འོ་ན་བལྟའོ། །དེས་དེ་བྲིན་པ་དང་ཀྱང་ལག་གསུམ་མཐོང་ནས་སྤྲེས་པ། ཆ་  
པོ་རི་བོང་འདིའི་གཟུགས་བཞི་པ་ཤོས་གར་སོང་། དེས་སྤྲེས་པ། ཞང་པོ་རི་བོང་ལ་  
གཟུགས་བཞི་པ་ཡོད་ཀྱང་མེད་ན་གར་འགྲོ། དེས་བསམས་པ། དེ་ཞིག་བདག་ཀྱང་རྒྱུ་  
མ་ཡིན་ན། འདི་ནི་རྒྱུ་ཆེན་ཡིན་ནོ་སྤྲེས་ནས། དེས་དེ་དང་རི་བོང་གཟུགས་གསུམ་པོ་  
ཁྲིར་ཏེ་ཆང་འཆོང་གི་བྲིམ་ཞིག་ཏུ་ཁྱགས་ནས་ཆ་པོ་ཆང་བརྟུང་ངམ། བརྟུང་ངོ། །དེ་  
གཉིས་ཀྱིས་འཕྱངས་ནས་ཐ་ག་པས་སྤྲེས་པ། ཆ་པོ་ཆང་རིན་ནི་བྱ་གྲུས་དགའ་ངོ། །

དེས་སྤྲེས་པ། ཞང་པོ་སུས་འཕྱངས་པ་དེ་བྱ་གྲུ་བྱེད་ཀྱང་། བདག་གིས་ནི་མ་  
འཕྱངས་པས་བྱ་གྲུ་བྱར་ཅི་ཡོད། ཐ་ག་པ་དེས་བསམས་པ། འདི་ནི་རྒྱུ་ཆེན་ཡིན་པས་  
ལྟ་ཅིག་རྒྱུ་མ་བྱ་རུས་སོ་སྤྲེས་ནས་དེ་དེ་དང་ལྟ་ཅིག་བྲིམ་འཕྲིགས་པའི་རྒྱུ་མ་ལ་

ཞུགས་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་བྲིས་ཕྱག་ནས་ཐ་ག་བ་དེས་བྱ་གར་མགོ་བཅུག་བ་དང་དེས་  
སྤྲེལ་བ། ཞང་པོ་ཁྱོད་རྒྱུ་མ་བྱེད་ཀྱང་ཐབས་མི་ཤེས་ཏེ། ཐོག་མར་རྒྱུ་བ་གཞུག་པར་  
བྱའི་མགོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མགོ་བཅད་པར་གྱུར་ན་ངོ་ཤེས་པས་རིགས་ཐམས་ཅད་  
བསྐྱུག་པར་འགྱུར་གྱིས་རྒྱུ་བ་ཆུག་ཅིག །དེས་རྒྱུ་བ་བཅུག་བ་དང་། ཆོར་ནས་རྒྱུ་བོ་  
རྒྱུ་བོ་ཞེས་ཀྱ་ཙེ་བཏོན་ནས་སྤྱོད་པའི་ཆོག་མཆོད་པོས་རྒྱུ་བ་གཉིས་ནས་བཟུང་ནས་  
འཐེན་ཏོ། །དེ་ནི་གཅིག་ཕྱིན་པས་སྤྲེལ་འཐེན་མ་ཁུས་ནས་མགོ་བཅད་དེ་བྲིས་ཏེ་སྤང་  
ངོ། །

སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྲེལ་བ། ལྷ་རྒྱུ་བོ་གཅིག་ཕྱིན་ཞུགས་པ་ལས་  
ཐེན་ན། དེའི་མགོ་གཅིག་གིས་བཀྱམ་ནས་འཆལ་ཏེ་མཆིས་སོ། །རྒྱལ་པོས་སྤྲེལ་བ། ཤེས་  
ལྷན་དག་མགོ་བཅད་དེ་བྲིས་ཏེ་སྤང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྒྱུ་ཆེན་ཡིན་ནོ། །དེང་ལ་རོ་  
མགོ་རྩམ་དེ་ལས་པོ་ཆེའི་བཞི་མདོར་ཞོག་སྟེ་ཕྱོགས་དཔེན་པར་འཁོད་དང་། དེ་ལས་བཟུང་  
སྟེ་ཆ་ངེ་འདེབས་པ་ཡོད་ན་དེ་ནི་རྒྱུ་བོ་ཡིན་གྱིས་དེ་བྱངས་ཤིག །དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་མི་དེ་  
རྣམས་ཀྱིས་རོ་མགོ་རྩམ་དེ་ལས་པོ་ཆེའི་བཞི་མདོར་བཞག་ནས་ཕྱོགས་དཔེན་པར་བསྟན་  
ངོ། །རྒྱུ་བོ་ཅིག་ཤོས་དེས་བསམས་པ། བདག་གིས་ཞང་པོའི་མགྲུལ་ནས་འཇུག་ཏེ་བྱང་  
མོས་མི་གདབ་པ་ལྷ་མི་སྤྲོད་དོ་སྤྲེལ་ནས། དེས་བདག་ཉིད་སྤྱོད་པའི་ཆ་བྱང་བྱ་ཞུགས་ནས་  
བྱང་མེད་ཀྱི་མགྲུལ་ནས་ཀྱང་འཇུག། སྤྲེལ་བ་དང་། ཤིང་ཏྲ་དང་། ཏྲ་དང་། ལྷ་མཆོག་  
དང་། མ་ཏྲ་དང་། ར་དང་། བྱའི་མགྲུལ་ནས་ཀྱང་འཇུག་པར་བཅུམས་ནས་གང་གི་ཆེ་འདིག་  
ཉེན་གྱིས་སྤྲོས་པར་ཤེས་པ་དེའི་ཆེ་རོ་མགོ་རྩམ་པར་བྱ་བྱངས་ཏེ་ངེ་ཅམ་འདོད་ཀྱི་བར་བྱ་  
བྱས་ནས་སྤང་ངོ། །

རྒྱལ་པོའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྲེལ་བ། སྤྱོད་པ་ཞིག་གིས་རོ་མགོ་རྩམ་དེ་  
པར་བྱ་བྱངས་ཏེ་ངེ་ཅམ་འཆལ་གྱི་བར་བྱ་བྱས་ནས་མཆིས་སོ། །རྒྱལ་པོས་སྤྲེལ་བ། ཤེས་  
ལྷན་དག་དེ་ཉིད་རྒྱུ་མ་ཅིག་ཤོས་ཡིན་ན། དེ་མ་བཟུང་བ་མ་ལེགས་པ་ཞིག་བྱས་ཀྱིས་དེ་



བྱངས་ཤིག །རྒྱ་པོ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་བསམས་པ། བདག་གིས་ཁང་པོ་ལ་བཀྱར་སྟེ་མི་བྱ་  
བ་ལྟ་མི་སྲིད་དོ་སྟེ་མ་ནས་དེས་ཤིང་རྟ་པའི་ཆ་བྱད་དུ་བྱས་ནས་ཤིང་རྟ་ཤིང་སྐམ་གྱིས་  
བཀའ་སྟེ། ཕྱགས་དེར་འོངས་ནས་དེའི་སྟེང་དུ་ཤིང་རྟ་ཤིང་སྐམ་གྱིས་བཀའ་བ་བཞག་སྟེ་  
སྒྲང་བཀོལ་ནས་ཤིང་རྟ་མེས་བཏང་སྟེ་སོང་བ་དང་། མེ་དེས་རོ་མགོ་རྩམ་དེ་ཡང་ཆོག་གོ།

རྒྱལ་པོའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ལ་སྐྱས་པ། ལྷ་རྒྱ་པོ་གཅིག་པོ་དེ་བསྐྱེད་པས་  
ལགས་སོ། །སྐུས་དེ་དག་གིས་ལྷར་གྱུར་བ་རྣམས་སྐྱས་པ་དང་རྒྱལ་པོས་སྐྱས་པ། ཤེས་  
ལྷན་དག་ཤིང་རྟ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་རྒྱ་པོ་ཅིག་ཤོས་ཡིན་ཏེ། དེ་མ་བཟུང་བ་མ་ལེགས་  
པ་ཞིག་བྱས་ཀྱིས་བྱངས་ཤིག །རྒྱ་པོ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་བསམས་པ། བདག་གིས་ཁང་པོ་  
ལ་དུར་ཁྱོད་དུ་མཚུན་གྱི་བྱ་བ་མ་བྱས་པ་ནི་མི་སྲིད་དོ་སྟེ་མ་ནས། དེས་བྲམ་ཟེའི་ཆ་བྱད་དུ་  
བྱས་ནས་བྲིམ་ནས་ཁ་སྐྱོང་ཞིང་བརྒྱས་ཏེ་བསྐྱངས་པ་དེ་ལས་དེའི་པངས་ཤིང་བྱས་ནས་  
དུར་ཁྱོད་དུ་བཞག་སྟེ་སོང་ངོ། །རྒྱལ་པོའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ལ་སྐྱས་པ། ལྷ་བྲམ་ཟེ་  
ཞིག་གིས་བྲིམ་ནས་སྐྱོང་ཞིང་བརྒྱས་ཏེ་ཕྱགས་གང་དུ་རོ་མགོ་རྩམ་བསྐྱེད་པས་དེར་དེས་  
པངས་ཤིང་བྱས་ཏེ་བཞག་སྟེ་མཆིས་ལགས་སོ། །

རྒྱལ་པོས་སྐྱས་པ། ཤེས་ལྷན་དག་དེ་ཉིད་རྒྱ་པོ་ཅིག་ཤོས་ཡིན་ན། དེ་མ་བཟུང་  
བ་ནི་མ་ལེགས་པ་ཞིག་བྱས་སོ། །རྒྱ་པོ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་བསམས་པ། བདག་གིས་ཁང་  
པོའི་རུས་པ་རྣམས་གང་གྲར་མི་འདོར་བ་ལྟ་མི་སྲིད་དོ་སྟེ་མ་ནས། དེས་ཐོད་པ་ཅན་གྱི་ཆ་  
བྱད་དུ་བྱས་ཏེ་ཕྱགས་དེར་སོང་ནས་དེས་དེར་ལུས་ཐལ་བས་བྱགས་ཤིང་རུས་པ་དང་ཐལ་  
བས་ཐོད་པ་བཀའ་ནས་གང་གྲར་པོ་སྟེ་སོང་ངོ། །རྒྱལ་པོའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ལ་རི་  
ལྷར་གྱུར་བ་སྐྱས་པ་དང་། རྒྱལ་པོས་སྐྱས་པ། ཤེས་ལྷན་དག་དེ་ཉིད་རྒྱ་པོ་ཅིག་ཤོས་  
ཡིན་ན་དེ་མ་བཟུང་བ་ནི་མ་ལེགས་པ་ཞིག་བྱས་སོ། །

མདོར་ན་བྱེད་འདུག་ཅིག་དང་། ངས་དེ་གཟུང་ངོ་ཞེས་རྒྱལ་པོས་གང་གྲའི་གྲའི་  
ནང་དུ་སྦྱེད་མོས་ཆལ་བྱེད་དུ་བཅུག་སྟེ། འགམ་གཉིས་སུ་སྒྲང་མའི་མི་དག་བཀོད་ནས་

ཀྱུ་པའི་བྱ་མོ་གཞུགས་བཟང་བ། མཛེས་པ། ལྷ་ན་སྤྱུག་པ་ཞིག་ཆུང་སྐྱེད་མོས་ཚལ་དེར་  
བཞག་སྟེ་བསྟོན་པ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་བཟུང་དང་སྐྱད་སྤངས་ཤིག །སྤང་མཉེ་  
མི་རྣམས་ལ་ཡང་བསྟོན་པ། གང་གི་ཆེ་སྐྱད་འབྲིན་པ་དེའི་ཆེ་ཁྱེད་ཅག་ཆུང་སྐྱེད་མོས་ཚལ་  
དུ་དངས་ཤིག །དེ་ན་གལ་ཏེ་མི་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཟུང་ལ་ང་ལ་སྤུལ་ཅིག །ཀྱུ་  
པ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་བསམས་པ། བདག་གིས་ཀྱུ་པའི་བྱ་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་མགུར་མ་  
སྤྱད་དུ་མི་གཏོང་ངོ་སྟེ་ནས་དེ་གང་གྲུའི་བབ་ཕྱོགས་ཤིག་ཏུ་འདུག་སྟེ། དེས་དེར་རྩེུ་  
སྟོང་པ་ཞིག་ཏུ་ཆུ་བསྐྱར་བར་བཅམས་སོ། །

གཅིག་བསྐྱར་བ་དང་སྤང་མཉེ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱུ་པའོ་སྟེ་ནས་བསྐྱགས་ཏེ་དེ་  
དག་གིས་དེ་ལ་ཐལ་མོ་གཅིག་བསྐྱར་ནས་བཅག་གོ། །གཉིས་པ་ཤོས་བསྐྱར་བ་དང་། དེ་  
ཡང་བཅག་གོ། །གསུམ་པ་ཤོས་བསྐྱར་བ་དང་། དེ་ཡང་བཅག་ནས་སྤང་མ་དག་ན་རེ་འདི་  
དག་ནི་རྩེུ་སྟོང་པ་ཆུས་ཁྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བག་པོར་ཏེ་འདུག་གོ། །དེ་ནས་ཀྱུ་པ་ཅིག་  
ཤོས་པོ་དེས་རྩེུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་མགོ་བཅུག་ནས་ཀྱུ་པ་ཕྱོགས་སུ་བཀྱལ་ཏེ། ཕྱོགས་དེར་  
ཕྱིན་པ་དང་དེ་ནས་གྲུ་ལ་འཛེགས་ནས་བྱ་མོ་ལ་སྤྱུས་པ། ཁྱོད་བསང་ད་རེ་སྤྱུ་མ་འབྲིན་  
ཅིག །དེ་སྤྱུག་ནས་ཅང་མི་སྤྱུ་བར་འདུག་པ་དང་། དེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་མགུར་སྤྱད་  
ནས་སོང་ངོ་། །དེས་དུ་བར་བཅམས་ཏེ། ཤེས་ལྷན་དག་ཀྱུ་པ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ཁོ་མོ་ལ་  
དགའ་མགུར་སྤྱད་ནས་སོང་ངོ་། །

སྤང་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱུས་པ། གང་གི་ཆེ་དགའ་མགུར་སྤྱད་པ་དེའི་ཆེ་ཅང་མི་སྤྱུ་  
བར་འདུག་ལ། གང་གི་ཆེ་དགའ་མགུར་སྤྱད་ནས་སོང་པ་དེའི་ཆེ་དུས་ན་ད་གང་དུ་བཅལ་  
བར་བྱ། སྤང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱུ་པའི་པོ་ལ་རི་ལྷར་གྱུར་པ་སྤྱུས་སོ། །ཀྱུ་པའོ་སྤྱུས་པ། དེ་  
མ་བཟུང་བ་ནི་མ་ལེགས་པ་ཞིག་བྱས་སོ། །བྱ་མོ་དེ་ཀྱུ་པ་པོ་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་མགུར་  
སྤྱད་པས་སེམས་ཅན་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་ཆེ་བ་བཀྱད་དམ་དགུ་འདས་པ་ན་ཁྱེུ་  
ཞིག་བཅས་སོ་ཞེས་ཀྱུ་པ་པོ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ཐོས་ནས་དེས་བསམས་པ། བདག་གི་བྱ་

བཅས་པའི་དགའ་སྟོན་མ་གྲས་པར་མི་བཏང་ངོ་སྟུང་ནས། དེས་ནང་ཁོར་མའི་ཆ་བྱང་དུ་  
བྱས་ནས་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱར་ནས་ཕྱིར་བྱུང་སྟེ་ཞོ་གས་འཆོ་བ་རྣམས་ལ་བསྟོ་བ། ཤེས་ལྡན་  
དག་ལྟའི་ཞལ་ནས་ཆོར་དལ་དུ་ཕྱོག་སྟོང་གིས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྩལ་དོ། །དེ་རྣམས་ཀྱིས་  
བསམས་པ། རྒྱལ་པོའི་དཔོན་པོ་བཅས་པས་དེས་ན་བདག་ཅག་ཆོར་དལ་དུ་ཕྱོག་སྟོང་  
ཁྱེད་དུ་བཅུག་གོ་སྟུང་ནས། དེ་རྣམས་ཕྱོག་སྟོང་གི་བར་བཅའས་པ་ན་སྐྱ་མཐོན་པོ་དང་སྐྱ་  
ཆེན་པོ་བྱུར་ནས་རྒྱལ་པོས་སྐྱས་པ་དེ་ཅི་ཡིན། ཆོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་སྐྱས་པོ། །

དེས་སྦྱས་པ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ར་ཡང་དེས་བསྦྱས་པར་གྱུར་གྱིས། རྒྱལ་སྤྱི་དོར་  
 བའམ་དེ་ཆད་པས་གཅད་པ་ཞིག་བྱལོ། །སྦྱམ་ཏུ་བསམས་ནས། དེར་འཁོར་གྱི་བྱམས་  
 ཅིག་ཏུ་བཅུག་སྟེ། ཏུས་ཚུར་ཏུ་ཞིག་བཟུང་ནས་དེས་སློན་པོ་རྣམས་ལ་བསྟོན་པ། ཤེས་ལྡན་  
 དག་ལྷལ་འཁོར་ཏུ་ཤིལ་འདི་སྐད་ཏུ་སློགས་སུ་ཆུག་ཅིག །ལྷལ་འཁོར་ན་སྟེས་པ་རི་སྟེང་  
 གནས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྟངས་འདོགས་པར་འཁོར་གྱི་བྱམས་སུ་འདུས་ཤིག །སུ་མ་  
 འདུས་པ་དེ་ནི་ཆད་པས་གཅད་དོ་ཞེས་སློགས་ཤིག །སློན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཤིལ་སློགས་སུ་  
 བཅུག་ནས་ལྷལ་འཁོར་ན་གནས་པའི་སྟེས་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་པ་དང་། དེ་ནས་རྒྱལ་  
 པོས་ཁྱེད་དེ་ལ་མེ་རྟོག་གི་སྤང་བ་ཞིག་བྱིན་ནས་བསྟོན་པ། ཁྱིད་ཀྱི་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བྱིན་  
 ཅིག །སྤང་མའི་སྟེས་པ་རྣམས་ལ་བསྟོན་པ། ཁྱེད་འདིས་སུ་ལ་མེ་རྟོག་སྤང་བ་བྱིན་པ་དེ་ཁྱིད་  
 ཅག་གིས་རྒྱང་ལ་ར་ལ་ཕྱལ་ཅིག །དེ་ནས་ཁྱེད་དེ་མེ་རྟོག་གི་སྤང་བ་དེ་ཁྱེད་ནས་སྟེ་པོའི་  
 ཚེགས་ལ་རྟོག་ཅིང་རྒྱ་བ་ན་དེས་རྒྱན་པོ་ཅིག་ཤོས་པོ་དེ་མཐོང་ངོ་། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
 ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་ཡིན་པས་དེས་དེ་ལ་མེ་རྟོག་སྤང་བ་  
 བྱིན་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱན་པོ་ཅིག་ཤོས་པོ་དེ་བརྒྱང་ནས་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱལ་  
 ཡོ། །

ཡུལ་པོས་མོན་པོ་རྒྱལ་ས་ལ་སྐྱུས་པ། ཤེས་རྒྱན་དག་པའི་ལ་རི་ལྟར་བསྐྱུས་པར་  
བྱ། དེ་རྒྱལ་ས་ཤིས་སྐྱུས་པ། ལྷ་དགུལ་ལགས་ལོ། །ཡུལ་པོས་སྐྱུས་པ། ཤེས་རྒྱན་དག་

སྒྲིམ་བྱ་འདི་ལྟ་བུའི་དཔའ་བོ་ག་ལ་གསད། འདི་ལ་སྒྲུན་རས་ཀྱིས་བཙའ་བར་བྱའོ་ཞེས་  
དེས་བྱ་མོ་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྒྱན་ནས་དེ་ལ་ཚུང་མར་བྱིན་ཏེ། རྒྱལ་སྤྱི་དཔེ་ལྷན་གྱི་  
བགོས་སོ། །དགེ་སློང་དག་རི་སྣམ་དུ་སེམས། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཀྱི་རྒྱན་པོ་ཅིག་ཤོས་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ནི་ང་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཀྱི་དེའི་བྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྲ་གཅན་ཟེན་  
འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ན་ཡང་ང་ལ་འདིས་མེ་ཏོག་གི་ཐང་བས་ངོ་ཤེས་སོ། །ད་ལྟར་ཡང་  
འདིས་ང་ལ་དུས་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་སོ། །

དགེ་སློང་དག་དེ་ལྟ་བུས་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲོན་པ་ནི་  
བསམ་ཀྱིས་མི་བྲལ་བས་ལས་ཀྱི་གནས་པ་ལ་གོམས་པར་བྱའོ། །ཁྱེད་ཀྱི་འཛིན་མས་  
བསམས་པ། གལ་ཏེ་སྤྲ་གཅན་ཟེན་ཀྱི་ཡབ་པོ་བྱང་དུ་གཤེགས་དང་། རི་ལྟར་ཡང་སྤྲར་  
གཤེགས་པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུར་སྤྱད་པར་བྱའོ་སྣམ་ནས། དེ་ནས་བདག་ཉིད་དང་།  
ས་འཆོ་མ་དང་། རི་དྲགས་སྒྲིམ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་མེད་དུ་གཟི་རྒྱུ་རྒྱ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་  
ཅིང་། ཤིན་ཏུ་རི་ཞིམ་པོའི་མེ་ཏོག་གི་ཐང་བ་དང་། བདུག་པས་བསྐྱོས་པའི་གོས་རྣམས་  
ཀྱིས་བསྐྱབས་སོ། །དེ་ནས་བཙའ་ལྟར་འདས་ཀྱིས་སྤྱོད་ན་བཟའ་ཤམ་ཐབས་མནའ་  
ལྟར་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་བསྐྱམས་ཏེ། དགེ་སློང་གི་ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ཅིང་།  
དགེ་སློང་གི་དགེ་འདུན་ཀྱིས་མདུན་དུ་བདར་ཏེ་འདུལ་བའི་སྒྲེ་བོ་ལ་གཟིགས་ནས་པོ་བྱང་  
གི་ནང་དུ་ཞུགས་སོ། །དེ་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་འཛིན་མ་དང་། རི་དྲགས་སྒྲིམ་དང་། ས་འཆོ་མ་ལ་  
སོགས་ཏེ་བྱུང་མེད་དུ་གཟི་རྒྱུ་གཟུགས་དང་། ལང་ཆོ་དང་། དེགས་པའི་རྒྱགས་པས་ཟེན་ཅིང་  
ཡིད་ལ་གཅགས་པས་གཡེན་སྒྲེ་ཞིང་བསྐྱོད་པ་ན་གསེར་གྱི་འོག་བག་སྟོད་པར་བཅིངས་པ་  
མང་པོ་འཛོལ་ཞིང་སྤྲ་འབྱེན་ལ། འཇུ་མ་པའི་སྤྱ་དབྱངས་སྟན་པ་དང་། མིག་དང་སྤྲོན་མ་  
སྟོད་ཅིང་རུ་མ་དང་། ཡན་ལག་རྣམས་གསལ་བར་སྟོན་པ། བྱུང་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཀྱིས་སྟེག་  
ཆོས་རྣམས་བསྟན་ཏོ། །

དེ་ནས་བཙུགས་པའི་ལྷན་པ་ལྟར་གྱིས་འདི་སྒྲུབ་དུ་དགོངས་ཏེ། གལ་ཏེ་གཏུགས་ཆོད་  
གསལ་ན་འདུལ་བའི་སྒྲུབ་པའི་དུས་ལས་ཀྱང་འདས་པར་འགྱུར་ལ། བྱད་མེད་འདི་རྣམས་  
ཀྱང་འདོད་ཆགས་གྱིས་གཏུངས་པས་བདེན་པའི་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་གྱིས་འདི་ལྷན་པ་མཉམ་པའི་  
སྒྲུབ་པའི་རྒྱུ་ལས་ལ་སྒྲུབ་དུ་མཉམས་གཏོད་པ་ཡིན་པས་མ་ལ་ངས་སོ་བྱང་དུ་རྒྱུ་ལས་གྱི་  
ཆོ་འདམས་བསྟན་པས་དད་པར་བྱའོ་སྒྲུབ་དུ་དགོངས་ཏེ། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲེང་གི་བར་སྒྲུབ་  
ལ་མཛོན་པར་འཕགས་ནས་སྟོན་ལམ་རྣམ་པ་བཞི་མཛད་དེ། འདི་ལྷ་སྒྲེང་ཆགས་པ་དང་།  
བཞེངས་པ་དང་། བཞུགས་པ་དང་། མནལ་བ་མཛད་དོ། །

མཉམ་པ་ལས་ཡང་སྒྲུབ་པར་འདུག་པར་མཛད་དེ། མཉམ་པ་ལས་སྒྲུབ་པ་  
བར་ཞུགས་པ་ན་སངས་རྒྱུ་བཙུགས་པའི་སྒྲུབ་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པ་སྒྲུབ་ཆོགས་  
དག་འབྱེན་པར་མཛད་དེ། འདི་ལྷ་སྒྲེང་། སྟོན་པོ་དང་། སེར་པོ་དང་། དམར་པོ་དང་། དཀར་  
པོ་དང་། ལེ་བཞན་དང་། ཤེལ་གྱི་ཁ་དོག་དག་གོ། གཞན་ཡང་ཆོ་འདམས་བྱང་དུ་སྟོན་པར་  
བྱེད་དེ། སྒྲུབ་སྒྲུབ་ནས་འབར་བར་མཛད་ལ་སྒྲུབ་སྟོན་ནས་ཆུ་བྱང་མཉམ་པའི་རྒྱུ་ལས་ལས་  
མཛད་དེ། སྒྲུབ་སྟོན་ནས་མཉམ་པར་མཛད་ལ་སྒྲུབ་སྟོན་ནས་ཆུ་བྱང་མཉམ་པའི་རྒྱུ་ལས་ལས་  
པར་མཛད་དོ། །ཤར་ཕྱོགས་ལ་ཇི་ལྟར་བཞེན་དུ་སྟོན་དང་། ལུབ་དང་། བྱང་ཕྱོགས་སུ་ཡང་  
དེ་བཞེན་ནོ། །ཕྱོགས་བཞེན་རྒྱུ་ལས་གྱི་ཆོ་འདམས་རྣམ་པ་བཞི་བསྟན་ནས་རྒྱུ་ལས་གྱི་ཆོ་  
འདམས་མཛོན་པར་འདུ་མཛད་པ་སྒྲུབ་བསྟན་ཏེ། དག་སྟོང་གི་དག་འདུན་གྱི་བྱང་ལ་གདན་  
བཤམས་པ་ཉིད་ལ་བཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་བྱད་མེད་དེ་རྣམས་གྱིས་བཙུགས་པའི་ལྷན་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱུ་ལས་གྱི་ཆོ་འདམས་དག་  
མཛོང་ནས་དད་པར་གྱུར་ཏེ། ཤིང་རྩ་བ་ནས་བཅད་པ་བཞེན་དུ་བཙུགས་པའི་ལྷན་པ་ལྟར་  
ཞབས་ལ་གཏུགས་ཏེ་ཆོས་མཉམ་པའི་བྱེད་སྒྲུབ་ལྟར་ལོངས་དོ། །དེ་ནས་བཙུགས་པའི་  
ལྷན་པ་ལྟར་དེ་རྣམས་གྱི་བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་བ་དང་། ཞལ་དང་། རང་བཞེན་  
མཉམ་པར་གཏུགས་པས་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་སོ་སོར་ཡང་དག་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་

པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཤད་པ་མཛད་དེ། ས་འཆོ་མ་དང་། རི་དྲགས་སྒྲིམ་ལ་  
སོགས་པ་བྱད་མེད་དུག་ཁྱིས་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་སོ། །

གྲགས་འཛིན་མ་ནི་ལྷག་པར་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཟེལ་གྱིས་ནོན་པས་བདེན་པ་  
མཐོང་བར་མ་བྱས་ཏེ། དེ་འདི་སྙམ་དུ་སེམས་ཏེ། མ་ལ་བདག་གིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རོའི་  
སྲིད་པས་དབང་དུ་བྱའོ་སྙམ་དུ་བསམས་ནས། རང་ཉིད་ཀྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཆེད་དུ་  
བཟའ་བ་དང་བཏུང་བ་དག་གཡོས་ནས་བདག་རང་གི་ལག་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་  
འབྲལ་བར་བྱའོ་ཞེས་པ་དགོ་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་གསོལ་བ།  
བཅུན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་གྲགས་འཛིན་མ་ནི་རང་གི་ལག་ནས་བཀྱིས་པའི་རོའི་སྲིད་  
པས་དབང་དུ་བཀྱི་བར་འཆོལ་ལགས་སོ། །

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། དགོ་སྒྲོང་དག་ང་སྟོན་འདོད་ཆགས་དང་  
བཅས། ཞེ་སྤང་དང་བཅས། གཉི་ཟུག་དང་བཅས་པས་རོ་སོ་སོར་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ཞིང་རོ་  
སོ་སོའི་ཆགས་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ལས་ད་ལྟར་ང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ། ཞེ་སྤང་དང་  
བྲལ། གཉི་ཟུག་དང་བྲལ་ཏེ། རོ་སོ་སོར་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ཡང་རོ་ལ་སོ་སོར་ཆགས་པར་  
འགྱུར་པའི་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་མེད་ན། ད་ང་ལ་གྲགས་འཛིན་མས་རོའི་སྲིད་པས་རི་ལྟར་  
དབང་དུ་བྱ། དགོ་སྒྲོང་རྣམས་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིམ་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པ་སངས་རྒྱས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཞུས་བ། བཅུན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྲགས་འཛིན་མས་དབང་དུ་  
བཀྱི་བའི་སྤྲད་དུ་ལ་དུས་དབང་དུ་བཀྱི་བར་བཅུམས་པ་ལ་གཟེགས། བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། དགོ་སྒྲོང་ད་ལྟར་གྱི་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཐད་ཀྱི་རི་ལྟར་འདིས་འདས་པའི་  
དུས་ན་ཡང་དགའ་བར་འགྱུར་བས་དབང་དུ་བྱས་པ་དེ་ཉོན་ཅིག །དགོ་སྒྲོང་དག་སྟོན་བྱང་  
བ་སྤོང་དལ་མེད་པའི་དགོན་པའི་གནས་མེ་ཉོག་དང་། འབྲས་བུ་དང་། རྩ་དང་། ཅ་བ་ཕུན་  
སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་ན་བྱང་སྤོང་དཀའ་ཐུབ་དག་པ་ཅ་བ་དང་། འབྲས་བུ་དང་། རྩ་ལ་  
མོངས་སྟོད་བ། བགས་པ་དང་མོ་མ་སྟོན་པ་ཞིག་གནས་ཏེ། དེས་མངོན་པར་གེས་པ་ལྟ་

མཛོན་སུམ་དུ་བྱས་པས་དེ་ལ་རི་དྲགས་གདུག་པ་རྣམས་ཀྱང་འབྲིས་པའི་གནས་པས་བསྟེ་  
གནས་ན་གནས་སོ། །

དེ་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ཏུ་གཅི་བའི་ཕྱིར་སྤང་བ་ན་རི་དྲགས་མོ་ཞིག་རྗེས་བཞིན་  
རྗེས་བཞིན་དུ་འབྲང་ངོ་། །དེས་ཁྱབ་དང་བཅས་པར་གཅིས་པ་དེ་རི་དྲགས་མོ་དེས་  
འབྱུངས་ནས་སྐྱེས་མོ་མཆོན་ལ་བལྟགས་སོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
སློན་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་དང་ལྟན་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་འབྱུང་  
བའི་དུས་སུ་ཕྱོགས་དེར་འོངས་ནས་ཁྱེུ་ཞིག་བྱུང་བ་དང་དེས་ཇི་བསྐྱམས་ན་རིས་མི་  
མཐུན་པའི་སེམས་ཅན་ཡིན་ཏེ། སྐྱག་ནས་གཅིན་རྒྱལ་ཞོར་ནས་བོར་ཏེ་སྤང་ངོ་། །རི་ཅམ་  
ཞིག་ན་བྱང་སྤང་དེ་ཕྱོགས་དེར་བྱིན་པ་དང་། དེས་ཁྱེུ་དེ་མཐོང་ནས་འདི་སུའི་བྱ་ཡིན་  
སྟམ་པའི་བསམ་པ་ལ་ཞུགས་པ་ན། བདག་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་པར་མཐོང་ནས་དེས་དེ་བསྟེ་  
གནས་སུ་བྱིར་ཏེ་བསྐྱུན་བསྟོད་ནས་བསྐྱེད་དེ། དེ་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་དང་མགོ་ལ་རི་དྲགས་  
ཀྱི་རྩ་སྐྱེས་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་ལ་རི་དྲགས་ཀྱི་རྩ་འབྲུག་པས་བྱང་སྤང་རྩ་ཅན་བྱང་སྤང་  
རྩ་ཅན་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །

རི་ཅམ་ན་བྱང་སྤང་དེ་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པར་གྱུར་ནས། བྱང་སྤང་དེ་དང་མཐུན་པའི་  
སྟན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན་བཀུར་བྱས་ཀྱང་དེའི་ནད་ཞི་བར་མ་གྱུར་ཏེ། གང་གི་ཆེ་དེ་འཆི་བ་  
ལ་ཐུག་པའི་ཆོར་བ་སྐྱེས་ནས་རིང་པོ་མི་ཐོགས་པར་འཆི་བར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་དེས་བྱ་དེ་  
ལ་སྐྱས་པ། འུ་བསྟེ་གནས་འདིར་ཕྱོགས་སྐྱ་ཆོགས་ན་གནས་པའི་བྱང་སྤང་རྣམས་དུས་  
དུས་སུ་འོང་གིས་ཁྱོད་ང་ལ་དགའ་བས་དེ་རྣམས་ལ་ཀུན་ཏུ་སྟོན་པའི་ཆོས་ཀྱིས་འོངས་པ་  
ལེགས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པས་ཡང་དག་པར་དགའ་བར་བྱ་ཞིང་། སྟན་ལ་མགོན་དུ་བོས་ལ་ཅ་  
བ་དང་། འབྲས་བྱ་ཅི་རུས་པར་སྟོབས་ཤིག་ཅེས་སྐྱས་ནས།

བསགས་པ་ཀུན་ཀྱི་མཐའ་ཟད་ཅིང་། །མཐོན་པོ་ཀུན་ཀྱི་མཐའ་ལྗང་འགྱུར། །

ཐུད་པའི་མཐའ་ནི་འབྲལ་བ་སྟེ། །གསོན་པའི་མཐའ་ནི་འཆི་བ་ཡིན། །

ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས་དུས་ཀྱི་ཆོས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་རྟོ། །དེས་དེ་བྱང་སྤྱོད་གི་ཆོས་བཞིན་  
དུ་བསྐྱེད་པས་ཏེ། དེ་པ་དང་བུལ་བའི་མུ་ངན་གྱིས་འོན་པས་སྒྲོ་བ་སྒྲིམ་ནས་མངོན་པར་ཤེས་  
པ་ལྟ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་སོ། །དེས་དུས་གཞན་ཞིག་ན་ཆུའི་དོན་དུ་བྱས་པ་ཁྲིར་ནས་སོང་  
བ་ན་ལྟས་ཆར་དབབ་པར་བཅུམས་སོ། །དེ་ཆུས་བྱས་པ་བཀའ་ནས་ཁྲིར་ཏེ་འོང་བ་འགྲེད་  
ནས་དེག་འཆོས་སོ། །བྱང་སྤྱོད་རྣམས་ནི་སྤྱར་དུ་ཁྲོ་བ་ཡིན་པས་དེས་ཆུ་ཉུང་ཞིག་སྒྲངས་  
ཏེ་གཏོར་ནས་དཔོན་པ་ཐོར་བ་སྤྱོད་པ་ངན་པ་ཅན་ཁྲོད་ཀྱིས་བྱས་པ་ཆུས་བཀའ་བ་ཆག་  
པར་བྱས་ཀྱིས། དེ་ལྟ་བས་ན་ཁྲོད་ཉི་མ་འདི་ནས་བརྒྱད་སྟེ་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་སུ་ཆར་མི་  
འབབས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྱས་པས་ལྟ་ཆར་མི་འབབས་པར་གྱུར་རྟོ། །

བླ་རྒྱུ་ཤིང་ལྟ་གི་ཆེན་པོ་བྱང་ནས་སྒྲོ་བའི་ཆོག་ཀྱང་ཏུ་དོང་ངོ། །རྒྱལ་པོས་  
ལྟས་མཁན་རྣམས་བཀུག་སྟེ་སྤྲོས་པ། ཤེས་ལྡན་དག་སུ་ཞིག་གི་མཐུས་ན་ལྟ་ཆར་མི་  
འབབས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲོས་པ། བྱང་སྤྱོད་ཁོས་པས་ལགས་སོ། །རི་སྟེ་བྱང་སྤྱོད་དེ་  
དཀའ་ཐུབ་དེ་ལ་བསྤྱོད་པར་རུས་ན་ལྟ་དེ་བཞིན་དུ་ཆར་འབབས་ཀྱི་གཞན་དུ་ན་ནི་མ་  
ལགས་སོ། །རྒྱལ་པོ་སེམས་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅིང་འདུག་པ་དང་། བརྩན་མོ་དང་། རྫོན་པོ་དང་།  
གཞོན་རུ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲོས་པ། ལྟ་ཅིའི་སྤྱད་དུ་སྤྲུགས་མི་དགྲེས། དེས་སྤྲོས་པ། བྱང་སྤྱོད་  
ཁོས་པས་ལྟ་ཆར་མི་འབབས་ལ་ལྟས་མཁན་རྣམས་ཀྱང་འདི་སྤྱད་ཅེས་གཤེད་ཏེ་བྱང་སྤྱོད་དེ་  
དཀའ་ཐུབ་དེ་ལས་བསྤྱོད་ན་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་ཆར་འབབས་ཀྱི། གཞན་དུ་ན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
ཟེར་ཏེ། དཀའ་ཐུབ་དེ་ལ་སུ་ཞིག་གིས་བསྤྱོད་པར་རུས་པ་མི་ཤེས་སོ། །རྒྱལ་པོ་དེའི་བུ་མོ་  
ཞི་ལྟན་མ་ཞེས་བྱ་བ་དེས་སྤྲོས་པ། ལྟ་གཤེད་དེ་དུ་ན་སྤྲུགས་ལས་ཆུང་དུར་མངོན་ཅིག་  
དང་། བདག་གིས་བྱང་སྤྱོད་དེ་དཀའ་ཐུབ་དེ་ལས་རིན་པ་ཀྱང་གཡོས་པར་གྱུར་པ་དེ་ལྟར་  
བཤེསོ། །

དེས་སྤྲོས་པ། ཐབས་ཅི་ཞིག་གིས་བྱ། དེས་སྤྲོས་པ། བདག་དང་བྱད་མེད་གཞན་  
རྣམས་བུམ་ཟེ་རྣམས་ལ་གསང་ཆོག་འདོན་དུ་སྤྲོལ་ཅིག །བྱ་ཐམ་གྱི་བསྟེ་གནས་མེ་རྟོག་



དང་། འབྲས་བྱ་དང་། ལྷ་ཕྱན་སྤུངས་ཆོག་པ་བཞིན་དུ་སྦྱོལ་ཅིག །དེས་དེ་དང་བྱད་མེད་  
གཞན་དག་ཀྱང་བྲམ་ཟེལ་གསང་ཆོག་སྟོབ་དུ་བཅུག་གོ །གྲུ་ཟམ་གྱི་བསྟེ་གནས་ཀྱང་བྱེད་  
དུ་བཅུག་གོ །དེ་ནས་དེས་དབང་དུ་བྱ་བའི་རྩས་དང་ཆང་གིས་བཀའ་བའི་འབྲས་བྱ་དེ་དག་  
དང་། གཞན་ཡང་འབྲས་བྱ་རྣམ་པར་བཟ་བ་སྤྲ་ཆོག་པ་བྱེད་དུ་བཅུག་ནས། བར་སྟོང་གི་  
ཆ་བྱད་དུ་བྲས་ཏེ། དེ་རྩ་དང་ཤིང་ལུན་གྱོན་ནས་བྱད་མེད་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་བྲམ་ཟེ་  
རྣམས་ལ་གསང་ཆོག་འདོན་ཅིང་དེའི་བསྟེ་གནས་སུ་ལྷག་པ་དང་། བར་སྟོང་ལ་སྟོབ་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་སྦྲས་པ། མཁན་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟེ་གནས་སུ་བར་སྟོང་མང་དུ་ལྷག་པ་སོ། །བར་  
སྟོང་རྣམས་ལྷག་པ་ལེགས་ཀྱིས་ནང་དུ་ཤོག་ཅིག །དེ་རྣམས་ནང་དུ་ཞུགས་པ་དེས་  
མཐོང་ནས་ཆོག་པ་སུ་བཅད་པས་སྦྲས་པ།

བརྟགས་པ་མེད་པར་འབྱིང་ཞིང་འགྲོ་བ་དང་། །

བཞིན་ཡང་ཁ་སྤྲ་རྣམས་དང་བྲམ་གྱུར་ཅིང་། །

འདི་རྣམས་བྲང་ནི་མཐོ་དམན་གྱུར་བ་སྟེ། །

ཨེ་མ་བར་སྟོང་ཆ་བྱད་སྟོན་མ་བྱུང་། །

དེ་དེ་རྣམས་ལ་ཟེལ་ཆོམ་གྱི་ཀུན་ནས་དགྱིས་པའི་སྟོས་ཅ་བ་དང་འབྲས་བྱ་བསྟན་པས་སོ། །དེ་  
རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་ཟོས་ནས་བར་སྟོང་དེལ་སྦྲས་པ། ཁྱོད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་འདི་དག་ནི་རྩལ་བ་  
ཁ་བ་བསྐྱ་བ་ཡིན་གྱི། བདག་ཅག་གི་ལྷ་ནང་གི་བསྟེ་གནས་དེ་ན་ཡོད་པའི་འབྲས་བྱ་  
རྣམས་ནི་བདུད་རྩི་དང་འབྲུག་པ་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་ཁྱོད་བདག་ཅག་གི་བསྟེ་གནས་སུ་སྦྱོན་  
འབྲེན་ཏོ། །དེས་ཁས་སྦྱངས་ནས་དེ་དེ་རྣམས་དང་གྲུ་ཟམ་གྱི་སྦྱེད་མོས་ཆལ་དུ་ཞུགས་  
ནས་དེས་དེལ་དབང་དུ་བྱ་བའི་རྩས་ཆང་གིས་བཀའ་བ་དང་ལྷན་པའི་ན་མི་ཀེ་རའི་འབྲས་  
བྱ་རྣམས་དང་། གཞན་དག་ཀྱང་བྱིན་ནོ། །དེ་ཆང་གིས་སྦྲས་པ་དང་དབང་དུ་བྱ་བའི་རྩས་  
ཀྱི་སྦྱོར་བས་དེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་མི་ཆངས་པར་སྦྱད་པས་རྩུ་ལ་ཡོངས་སུ་ཉམས་སོ། །

ཆར་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་ལྷ་ས་སྤྱོད་ཀྱན་ནས་བསྐྱུས་པ་དང་བྱང་སྟོང་དེས་  
བཀག་གོ། ཞི་ལྷན་མས་སྤྲོས་པ། ད་དུང་ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་པ་མི་ཤེས་སམ།  
དེས་དེའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཞགས་པས་བཅིངས་ནས་རྒྱལ་པོ་ལ་ལྷུས་ནས་ལྷ་བྱང་སྟོང་དེ་ནི་  
འདི་ལགས་སོ། །དེ་ནས་ལྷ་ས་ཆར་དབབ་པར་བཅུམས་ནས་ལོ་ལེགས་པར་གྱུར་  
ཏོ། །རྒྱལ་པོས་ཞི་ལྷན་མ་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་བྱང་སྟོང་དེ་ལ་ཚུང་མར་བྱིན་ནོ། །དེས་ཞི་  
ལྷན་མ་སྤངས་ནས་གཞན་དག་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་མགྱུར་སྟོང་པ་ལ་ཞུགས་པ་ན། དེ་ལ་  
ཞི་ལྷན་མ་ཕྱག་དོག་གི་ཀྱན་ནས་དཀྱིས་པའི་སྟོང་གིས་དེ་ལ་བཀྱར་སྟོང་མ་ཡིན་པ་བྱ་བར་  
བཅུམས་པ་དང་། དེ་ནས་པར་ཅིག་ཚུར་ཅིག་ཚོད་པས་མཆིལ་ལྷམ་དང་བཅས་པའི་རྟོག་  
པས་མགོར་བསྐྱུན་པ་དང་། དེས་བསམས་པ། སྤྱོད་ཀྱི་འབྲུག་སྤྱི་ཡང་བདག་གིས་  
མཉགས་པར་མི་བཟོད་ན་དེ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཞགས་པས་བཅིངས་ན་བྱུང་མེད་ཅམ་  
ཀྱིས་ཀྱང་བརྟམས་སམ་སྟམ་ནས་དེས་བཙོན་འབྲུག་ལ་གནས་པས་སྤར་ཡང་མངོན་པར་  
ཤེས་པ་ལྷ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་སོ། །དགེ་སྟོང་དག་རི་སྟམ་དུ་སེམས། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཀྱི་  
བྱང་སྟོང་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞི་ལྷན་མ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གྲགས་འཛིན་མ་  
འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ན་ཡང་འདིས་ང་རྩོམ་སྟེང་པས་དབང་དུ་བྱས་སོ། །ད་ལྟར་ཡང་འདིས་  
ལ་དུས་དབང་དུ་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་སོ། །

གང་གི་ཆེ་བཙོན་ལྷན་འདས་པོ་བྱང་དུ་གཏུགས་ཆོད་གསོལ་ནས་བྱི་རོལ་དུ་བྱུང་  
བ་དེའི་ཆེ་གྲགས་འཛིན་མ་བྱིས་ཐབ་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་བྲལ་ལོ་སྟམ་སྟེ་རེ་ཐག་ཆད་ནས་  
ཁང་ཐོག་དུ་འཛིགས་ཏེ་བདག་ཉིད་མཆོངས་སོ། །སངས་རྒྱས་བཙོན་ལྷན་འདས་རྣམས་ནི་  
བསྟེལ་བ་མི་མངའ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་བཙོན་ལྷན་འདས་ཀྱི་རྩུ་འབྲུལ་ཀྱིས་དེ་སྤངས་  
སོ། །དགེ་སྟོང་རྣམས་ཐེ་ཆོམ་སྤྱོད་ནས་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པ་སངས་རྒྱས་བཙོན་  
ལྷན་འདས་ལ་ཞུས་པ། བཙོན་པ་བཙོན་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་གྲགས་འཛིན་མ་ཁང་ཐོག་  
ནས་བདག་ཉིད་མཆོངས་པ་ལ་གཟིགས། བཙོན་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤུལ་པ། དགེ་

མཐོང་དག་ད་ལྟར་གྱི་འདི་འབང་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་དེ། རི་ལྟར་འདིས་འདས་པའི་དུས་ན་ཡང་  
འདི་ལྟར་བདག་ཉིད་ཐོར་བ་དེ་ཉོན་ཅིག །

[illegible]

མིའམ་ཅི་མོ་དགའ་སྤྱད་ཅེས། །དོན་གཞན་དུ་ནི་བསམས་པ་ལས། །

གཞན་དུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བྱས་པས། །སློག་ཆགས་གཉིས་ནི་བསད་པར་གྱུར། །  
དགེ་སློང་དག་རི་སྐྱམ་དུ་སེམས། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཀྱི་མེའམ་ཅི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ར་ཉིད་  
ཡིན་ནོ། །མེའམ་ཅི་མོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གྲགས་འཛིན་མ་འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ན་ཡང་  
འདིས་ངའི་སྤྱིར་བདག་ཉིད་མེ་ཕུང་དུ་མཆོངས་སོ། །ད་ལྟར་ཡང་འདིས་ངའི་སྤྱིར་ཁང་ཐོག་  
ནས་བདག་ཉིད་མཆོངས་སོ། །བཙུན་ལྟ་འདས་ཀྱིས་དགོངས་པ། ད་ནི་གྲགས་འཛིན་མ་  
གདུལ་བའི་དུས་ལ་བབ་ཀྱིས། མ་ལ་འདི་ངས་འཁོར་བའི་འཕྲོག་དགོན་པ་ནས་བསྐྱལ་བར་  
བྱའོ་སྐྱམ་དུ་དགོངས་ནས་དེ་ལ་གང་ཐོས་པས་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཡང་དག་པར་  
ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཤད་པ་མཛད་དེ། གྲགས་འཛིན་མ་འཛིག་  
ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་དེའི་ཅེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྡོ་རྗེས་བཙུན་ནས་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་

འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ཏེ། དེ་དང་པ་ཡང་དག་པ་ཁོ་ནས་བྲིས་ནས་བྲིས་མེད་པར་  
རབ་ཏུ་བྱང་ནས་ཇི་ཙམ་ན་དག་བཙམ་མར་གྱུར་པ་དང་། དེ་རང་གི་རིགས་རྒྱད་དང་མཐུན་  
པར་བྱ་བ་དང་། འཕགས་པའི་ལམ་ཐོབ་པས་དགེ་སློང་མ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་དགོས་པ་བྱང་  
བ་རྣམས་ལ་ཤིན་ཏུ་འཛེམ་པ་དང་ལྡན་ནོ། །དེ་ནས་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགེ་སློང་  
རྣམས་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། དགེ་སློང་དག་ངའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགེ་སློང་མ་རྣམས་ལ་འཛེམ་པ་  
དང་ལྡན་པའི་མཆོག་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ་སྤྱི་གཙན་ཟེན་གྱི་མ་གྲགས་འཛིན་མ་འདི་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

༡༡། །དགེ་སློང་མ་སྦྲེལ་དགའ་མོ་སྦྲེལ་ཆོང་གི་བྲིའུ་ལ་ཆགས་  
ཀྱང་བྱ་བེས་ཀྱིས་ཟིན་ནས་སྦྲེལ་ཆོང་གི་  
བྱ་ལ་ལྗོངས་པས་བསྐྱུན་ཚུལ།

།དགེ་སློང་མའི་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་བརྒྱས།<sup>1)</sup>

སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་མཉན་ཡོད་ན་རྒྱལ་བྱ་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཆལ་མགོན་མེད་ཟས་  
སྦྱིན་ཀྱི་ཀྱན་དགའ་ར་བ་ན་བཞུགས་སོ། །དེའི་ཆེ་མཉན་ཡོད་ན་སྦྲེལ་འཆོང་གི་བྲིའུ་  
གཟུགས་བཟང་བ། མངོས་པ། ལྷ་ན་སྤྱག་པ་ཞིག་འདུག་པ་དེས་རིགས་མཉམ་པ་ལས་  
ཅུང་མ་སྒངས་ཏེ་དེ་ཅུང་མ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེ་བར་བྱེད། དགའ་བར་བྱེད། དགའ་མགུར་  
སྦྱོད་བར་བྱེད་དོ། །དེ་སྒངས་ནས་རིང་པོ་མ་མོན་བར་དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་སྦྲེལ་དགའ་མོ་  
སྦྲེལ་འཆོང་གི་བྲིའུ་དེ་ལ་ཆགས་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་སྦྲེལ་འཆོང་གི་བྲིའུ་དེའི་གན་དུ་སོང་སྟེ།  
འདི་སྐད་ཅེས་སྦྲེལ་སོ། །བཞིན་བཟངས་ཁྲིད་ཅི་ག་བག་མ་སར་པས་སེམས་མགུའམ།  
དེས་འདི་སྐད་ཅེས་སྦྲེལ་སོ། །འཕགས་མ་གལ་ཏེ་མགུ་བར་གྱུར་ན་ཡང་དོན་འདི་ཁྲིད་ལ་  
ཅི་དགོས། གལ་ཏེ་མ་མགུ་བར་གྱུར་ན་ཡང་དོན་འདི་ཁྲིད་ལ་ཅི་དགོས། དེ་སྐད་ཅེས་སྦྲེལ་  
པ་དང་། སྦྲེལ་དགའ་མོས་སྦྲེལ་འཆོང་གི་བྲིའུ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྦྲེལ་སོ། །ངས་ཀོ་ཁྲིད་དང་  
ལྷན་ཅིག་དགོས་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་བྱ་བར་རུས་སྦྲེལ་ན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བཟོད་ན་དེར་ཟད་  
དོ། །

<sup>1</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། འདུལ་བ། །༡༩། དེབ་ཨང་ ༤ བ། ཀྱང་གོའི་པོད་རིག་པའི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༠༤ ལོ། འོག་  
༢༩ ནས་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྤྲེལ་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་ཐར་བ་བསྒྲིག་དཀར་པོའི་ཐེངས་བ། །༢༩། པོད་ལྗོངས་པོད་ཡིག་  
དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། འོག་གངས་ ༢༡༣ ནས་ ༢༡༥ བར་བཞུགས་པ་ལས་བརྒྱས་པའོ།

དེ་ནས་སྤྱོད་མཆོད་གི་ཁྱེད་དེས་དག་སྤྱོད་མ་འདི་ནི་སེམས་ཆགས་པར་གྱུར་ཏེ་  
སྤྱོད་དུ་བསམས་སོ། །དེ་དེའི་བྱང་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སོང་ནས་བརྟེན་དུ་  
མཆོད་མ་སྤྱོད་པར་བྱེད་ཅིང་། འབྱུང་གཡེང་དང་། གཞིགས་སྟེགས་དང་། ཅ་བ་རྩལ་དག་  
ཀྱང་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་སྤྱོད་མཆོད་གི་ཁྱེད་དེ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་སྤྱོད་དགའ་མོའི་བྱང་དུ་  
འོངས་པ་དང་། དེས་དེ་གཡོགས་ཏེ་བཞག་གོ། དེ་ནས་སྤྱོད་དགའ་མོ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
ཕྱི་རོལ་དུ་སོང་སྟེ་ཀླང་ལག་བཟུང་ནས་སྤྱོད་མ་དང་ཉེ་གནས་རྒྱལ་ལ་བསྐྱོ་བ་བྱས་ནས་  
སྤྱོད་མཆོད་གི་ཁྱེད་དེ་དང་དཔེན་པར་སོང་སྟེ་འདུག་གོ། །རེ་ཞིག་ན་དེས་འཁྲིག་ཐབས་སུ་  
བཙུག་པ་དང་། དེའི་ཆེ་སྤྱོད་དགའ་མོས་འདི་སྤྱོད་དུ་བདག་དག་སྤྱོད་མ་རྒྱལ་སྤྱོད་མཆོད་གི་  
འགོ་བ་གང་ཅི་ཡང་བྱང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། བརྟེན་ཞུགས་དང་།  
ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་ལ་གནས་པའི་རྒྱུ་ཡིན་ན། གལ་ཏེ་ད་བདག་གིས་རྒྱལ་བ་འདི་ལྟ་བུའི་  
ཉེས་པར་སྤྱོད་པ་སྤྱད་པས་དག་སྤྱོད་མ་ཉམས་པར་བྱས་ན་སུ་ཞིག་བདག་ལ་འདི་བར་བྱེད་  
སྤྱོད་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་བསམས་ནས་སྤྱོད་དགའ་མོས་སྤྱོད་མཆོད་གི་ཁྱེད་དེ་ལ་འདི་  
སྐད་ཅས་སྤྱོད་སོ། །

བཞིན་བཟངས་ཐོང་ཐོང་། དེ་ནས་སྤྱོད་མཆོད་གི་ཁྱེད་དེས་འདི་སྤྱོད་དུ་གདོན་མི་  
ཟ་བར་འདི་ནི་མི་བདེ་བ་ཞིག་ཏུ་འདུག་གོ་སྤྱོད་དུ་བསམས་ནས་དེས་ཀྱང་བཏང་ངོ། །དེ་  
ནས་སྤྱོད་དགའ་མོས་རྒྱུ་བདེ་བར་བཞག་སྟེ་ཀླང་བ་གཡས་པ་བསྐྱུ་ནས་སྤྱོད་མཆོད་གི་  
ཁྱེད་དེ་ལ་རྟོག་པ་གཅིག་བརྒྱབ་ནས་ཅི་མ་གཉིས་བཅག་གོ། དེ་ནས་སྤྱོད་མཆོད་གི་ཁྱེད་  
དེ་ཁྱག་ཏུ་སྤྱུག་བཞིན་དུ་སོས་ཏེ་སོང་ངོ། །དེ་ནས་སྤྱོད་དགའ་མོ་དབྱར་ཁང་གི་དབྱས་སུ་  
འདུག་ནས་བདུད་བཙུང་མོ། །བདུད་བཙུང་མོ་ཞེས་པོས་སོ། །དེ་ནས་དག་སྤྱོད་མ་དེ་དག་  
གིས་ཐོས་ནས་འདི་སྐད་ཅས་སྤྱོད་སོ། །ཅི་ལུ་ལུ་མོ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱུ་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་  
བྱ་མཛོད་སུ་དུ་བྱས་སམ། ལན་གཅིག་ཕྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བྱའམ། ཕྱིར་མི་འོང་བའི་  
འབྲས་བྱའམ། འབྲས་བྱའི་མཆོག་དག་བཙུང་བ་ཉིད་མཛོད་སུ་དུ་བྱས། རྒྱུ་དུ་ན་གཞན་

དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་དགེ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད། དེས་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྲེས་སོ། །ཅང་  
མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གིས་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྲེས་སོ། །འོ་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་བདུད་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
བཅོམ། དེས་སྐབས་དེ་དག་པལ་མོ་ཆེའི་ནང་དུ་སྤྲེས་སོ། །དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དེ་དག་  
གིས་སློམ་དགའ་མོ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྲེས་སོ། །ཁྱོད་རེམ་པ་ཞིག་དང་མ་ཕྱད་དུ་ཟད་ཀྱི་དེ་  
ལྟ་བུ་ཞིག་ན་ཁྱོད་ཐག་བཅུག་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་མང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
སློམ་དགའ་མོས་སྤྲེས་ཀྱང་དགའ་བར་ཡང་མི་བྱེད། ཁྱོ་བར་ཡང་མི་བྱེད་དོ། །དགའ་བར་  
ཡང་མི་བྱེད། ཁྱོ་བར་ཡང་མི་བྱེད་པ་དང་སྟན་ལས་ལངས་ཏེ་དོང་ངོ་། ། །





༡༡། །བུ་མོ་ལྷན་ལའི་མདོག་ཅན་མོ་འགལ་བུ་ལ་ཆགས་པ་དང་  
མཐར་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་རྒྱ་འབྲུལ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
མཆོག་ཏུ་བྱུང་ཚུལ།

།འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་ལས་བརྒྱས།<sup>1)</sup>

སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་འོད་མའི་ཆལ་ཀ་ལན་དཀའི་གནས་ན་བཞུགས་སོ། །རྡོ་  
འཛིག་ན་བྱིས་བདག་ལྷག་པ། རོར་མང་བ། མོངས་སྟོད་ཆེ་བ། ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་ཡངས་  
ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ། རྣམ་ཐོས་ཀྱི་བྱའི་རོར་དང་ལྷན་པ། རྣམ་ཐོས་ཀྱི་བྱ་ལ་རོར་གྱིས་འགྲན་བ་  
ཞིག་འདུག་པ་དེས་རིགས་མཉམ་པ་ལས་རྒྱུང་མ་སྤངས་ནས། དེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེ་བར་  
བྱེད། དགའ་བར་བྱེད། དགའ་མགུར་སྟོད་པར་བྱེད་དོ། །ཅེ་བར་བྱེད། དགའ་བར་བྱེད།  
དགའ་མགུར་སྟོད་པར་བྱེད་པ་དེའི་རྒྱུང་མ་ལ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་སེམས་ཅན་ཞུགས་པར་  
གྱུར་ནས། དེ་ཆོ་བ་བརྒྱད་དམ་དགུ་འདས་ཉེ་བཅས་པ་ལས་བྱ་མོ་གཟུགས་བཟང་བ། ལྷ་  
ན་སྤྲུག་པ། མཛེས་པ། མིག་ལྷན་ལ་འབྲུ་བ། ལྷན་ལའི་བྱི་དང་ལྷན་པ། ལྷན་ལའི་ཟེ་འབྲུའི་  
མདོག་འབྲུ་བ་ཞིག་བྱུང་དོ། །དེའི་ཉེ་དུ་དག་འདུས་ཤིང་ལྷགས་ནས་ཞག་བདུན་གསུམ་ཉི་  
ཤུ་གཅིག་ཏུ་བཅས་པའི་བཅས་སྟོན་རྒྱ་ཆེར་བྱས་ནས་བྱ་མོ་འདིའི་མིང་ཅིར་གདགས་ཞེས་  
དེའི་མིང་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །ཉེ་དུ་དག་གིས་སྤྲོས་པ། གང་གི་ཕྱིར་བྱ་མོ་འདི་མིག་ལྷན་

<sup>1</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། འདུལ་བ། །ཉེ་དེབ་ཨང་ ༩ བ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། ཞོག་  
༥༠༩ རྣམ་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེན་མ་དག་གི་རྣམ་པར་ཐར་པ་བསྐྱར་དཀར་པོའི་སྤྱིང་བ། །ཉེ་དུ་བོད་སྡེ་འཕགས་པོད་  
ཡིག་དཔེ་རྒྱུང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཞོག་གངས་ ༢༩ རྣམ་ ༤༩ བར་བཞུགས་པ་ལས་བརྒྱས་པའོ།



ཇི་ཙམ་ན་དུས་གཞན་ཞིག་ན་ཡུལ་ལའི་མདོག་གི་པ་དུས་ལ་བབ་ནས་དེའི་མ་ཅི་  
དགའ་མགུར་གནས་པ་དང་། རྒྱ་བའི་སྒྲོར་བས་ཟས་དང་གོས་བཟང་པོ་དག་གིས་བརྟས་  
བས་ཉོན་མོངས་པ་དག་གིས་གཞོད་པར་བརྩམས་པ་དང་། དེས་བསམས་པ། གལ་ཏེ་  
བདག་གིས་འདིར་སྒྲིམ་པ་གཞན་བཀུག་ན་བདག་གི་མག་པ་འདིས་ཤེས་པར་འགྱུར་གྱིས།  
བདག་འདི་ཉིད་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེ་བར་བྱ་བ་དང་། དགའ་བ་དང་། དགའ་མགུར་སྤྱད་པ་  
ཉམས་སུ་སྤང་བར་བྱའོ་སྟམ་ནས་དེས་དེ་ལ་མཆན་མ་བསྟན་ཏོ། །བྱ་མེད་ཀྱི་ཡུལ་ནི་  
དབང་པོ་དག་འཕྲོག་ཅིང་དོན་དུ་གཉེར་འདོད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་དེས་དེ་ལ་བརྟགས་  
པར་གྱུར་ཏོ། །ཡང་དེས་དེ་ལ་མཆན་མ་བསྟན་པ་དང་། དེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་སྟེན་པར་གྱུར་  
ཏོ། །

དེའི་ཆེན་ཡུལ་ལའི་མདོག་ལ་སེམས་ཅན་ཞུགས་པར་གྱུར་ཅིང་། དེ་བཙའ་བའི་  
དུས་ལ་བབ་ནས་དེས་བྱ་མོ་མངག་གཞུག་མ་ལ་སྦྲས་པ། བྱ་མོ་སོང་ལ་ཡུམ་པོས་ཤིག་། དེ་  
སོང་བ་དང་ཇི་ཙམ་མ་ན་དེ་མག་པ་དང་ལྷན་ཅིག་དབེན་པ་ན་འདུག་པ་མཐོང་ནས་དེས་  
ཡུད་ཙམ་ཞིག་ཏོག་ཅིང་དེར་བསྟན་པ་དང་། ཇི་ཙམ་ན་དེ་ཕྱིར་བྱུར་ནས་དེས་སྦྲས་པ།  
ཡུལ་ལའི་མདོག་ཁྲོད་ལ་འཁོད་ཀྱིས་བཞུད་དོ། །དེ་དེར་སོང་བ་དང་། ཇི་ཙམ་ན་བྱ་མོ་ཞིག་  
བཙས་ནས་ཡུལ་ལའི་མདོག་གིས་བྱ་མོ་མངག་གཞུག་མ་ལ་སྦྲས་པ། བྱ་མོ་ཁྲོད་ཅི་ཐོགས།  
དེས་སྦྲས་པ། ཁྲོད་ཀྱི་ཡུམ་དང་བྲིམ་ཐབ་ནད་མེད་པར་གྱུར་ཅིག །

དེས་སྦྲས་པ། དེས་ཅི་ཉེས། དེས་ཇི་ལྟར་གྱུར་པ་བཟོད་པ་དང་། དེས་སྦྲས་པ་བྱ་  
མོ་ཁྲོད་ཁོ་མོའི་མ་དང་བྲིམ་ཐབ་ལ་སྦྲར་བ་འདེབས་སམ། དེས་སྦྲས་པ། ཇོ་མོ་ཁྲོད་ཐུགས་  
མི་ཆེས་ན། བདག་གིས་ཁྲོད་ཀྱི་མདོན་སུམ་དུ་འགྱུར་བར་བཀྲོའོ་ཞེས་དེ་དེ་གཉིས་ཀྱི་  
སྐབས་བཙའ་བ་དེ་ལྟར་ཡོན་ཅིང་འདུག་པ་དང་། ཇི་ཙམ་ན་དེ་གཉིས་དབེན་པར་འདུག་  
པར་གྱུར་ནས་དེས་སྤྱར་བ་སྤྱར་བར་སོང་སྟེ། ཡུལ་ལའི་མདོག་ལ་སྦྲས་པ། ཚུར་སྒྲོན་ད་  
གཟིགས་ཤིག་། དེ་ཡང་སྤྱར་བ་སྤྱར་བར་སོང་སྟེ་བཟུས་པ་དང་། དེ་གཉིས་སྟེན་པར་མཐོང་

ནས། ལུང་པའི་མདོག་གིས་བསམས་པ། གླུ་ཆད་མ་འདིས་དོ་འཛོག་ན་སྒྲིམ་པ་གཞན་  
མ་མཐོང་ངམ་ཅི་ན། གང་གི་ཕྱིར་མག་པ་དང་སྟན་ཅིག་སྟེན་པར་བྱེད། གླུ་ཆད་པ་འདིས་  
ཡུང་དོ་འཛོག་ན་བྱང་མེད་གཞན་མ་མཐོང་ངམ་ཅི་ན། གང་གི་ཕྱིར་སྟུག་མོ་དང་སྟན་ཅིག་  
སྟེན་པར་བྱེད་སྟུམ་དུ་རིག་ནས་མི་བཟོད་པ་སྒྲིམ་ནས་དེས་བྱིམ་ཐབ་པ་གླུ་ཆད་པ་ཁྱིད་  
ད་ཕྱིན་ཆད་འདི་དང་སྟན་ཅིག་དགའ་མཁུར་སྟོན་ཅིག་ཅེས་བྱ་མོ་དེ་པའི་གན་དུ་འབངས་པ་  
དང་། དེ་པའི་ལུས་ལས་འདྲིཔ་ནས་སྟོའི་ཐེམ་པར་ལྷུང་སྟེ་མྱུང་པ་ཞོམ་མོ། །

ལྷ་ལའི་མདོག་མགོ་གཡོགས་ཏེ་ཁྱིམ་ནས་བྱུང་བ་དང་། རི་ཚོམ་ན་དོན་མཐུན་  
 བཅོམ་བརྒྱུ་འཕགས་པ་མཐོང་ནས། དེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འཕགས་པ་དང་། དེད་དཔོན་  
 གྱིས་མཐོང་ནས། དེ་དེའི་གཟུགས་དང་ལང་ཆོ་མཛེས་པ་ལ་ཆགས་ནས། དེས་སྐྱས་པ།  
 ལྷ་ཁྱིད་སྟེ། དེད་དཔོན་ཁོ་མོ་གང་ཁོ་མོ་ལ་ཟས་དང་གོས་སྤྱོད་པ་དེའི་ལོ། །དེད་དཔོན་  
 དེས་དེ་ཆུང་མར་བྱས་ནས་དོན་མཐུན་མཐར་གྱིས་བཅོམ་བརྒྱུ་བྱིན་པ་དང་། དེས་དེ་  
 ཅིད་དུ་བཞག་གོ། །དེ་དེ་ནས་དེད་དཔོན་དེས་ཐོང་བསྐྱུར་ནས་ཐོང་གི་རིན་ཁྱིར་ཏེ་བྱིར་རྩོ་  
 འདོག་དུ་འངས་པ་དང་། དེ་ན་ཆོང་པ་དེ་དག་པན་ཆུན་གྱིས་གཞན་དུ་མགྲོན་དུ་བོས་ཏེ་  
 ལྷན་མོ་བྱེད་པ་ན། དེད་དཔོན་དེས་འགའ་ཡང་ཟན་མ་བྱིན་ནས་ཆོང་བདག་གིས་སྐྱས་པ།  
 དེད་དཔོན་ཁྱིད་གྱིས་འགའ་ཡང་གཡུང་བྱངས་ཏེ་འཆོམ་མ་མ་སྐྱལ་རྟོ། །

དེས་སྒྲུབ་པ། ཁྱིད་ཅག་ནི་ཁྱིམ་མི་མོ་དག་པདོག་པས་དེས་ན་སྟོན་མོ་བྱེད་མོད།  
 ཁོ་མོ་ལ་ནི་གང་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་པ་ལག་ལང་མེད་པས་ཁོ་མོས་རི་རྒྱར་ཐུག་སྟེན། དེ་  
 དག་གིས་སྒྲུབ་པ། གལ་ཏེ་དེ་རྒྱ་ན་ཅི་འཕྲུག་ཏུ་བྱ་མོ་མི་ཆོད། དེས་སྒྲུབ་པ། ཁོ་མོའི་ཆུང་  
 མ་དང་འདྲ་བའི་བྱ་མོ་ལག་ལེགས་ཡོད་ན་དེ་བལ་མར་བྱང་ངོ་། །དེ་དག་གིས་སྒྲུབ་པ། རི་  
 ཁྱིད་ཀྱི་བཙུན་མོ་ཅི་འདྲ་བསྟེན་གསུངས་ཤིག །དེས་ཟུག་ལའི་མདོག་གི་གཞུགས་དང་།  
 ལང་ཆོ་མཛེས་པ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དག་གིས་སྒྲུབ་པ། དེད་དཔོན་དེ་ནི་བྱུང་མེད་རིན་པོ་  
 ཆེ་ཞིག་སྟེ། འོན་ཀྱང་དེ་རྒྱ་བྱ་གཞན་ལག་ལེགས་ཀྱང་གནས་བཅས་པོ་ཞེས་དེ་དག་གིས་

བཅའ་བར་བརྩམས་པ་དང་། རི་ཅམ་ན་ཡུལ་ལའི་མདོག་ཉིད་ཀྱི་བྱ་མོ་དེ་དེ་འབ་བར་མཐོང་  
ནས་དེ་དག་གིས་བྱ་མོ་སྟོང་ངོ་ཞེས་དེ་བསྐྱངས་པ་དང་། དེ་དག་གིས་སྤྲེལ་བ། སུའི་ཕྱིར།  
དེད་དཔོན་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་ལྡན་དག་བདག་ཅག་གིས་ནི་སྦྱོན་ལ་  
རག་ན། འདི་ལྟར་ཁྱོད་ལ་སྦྱོན་ཡོད་དེ་བྱིད་ཀྱིས་བག་མ་སྐྱངས་ནས་བོར་ཏེ་འདོང་ངོ། །མི་  
དོར་རོ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་སྦྱོན་ནོ་དེ་དག་གིས་དེ་བསྐྱངས་ནས་དེད་དཔོན་ཀྱིས་བག་མར་  
སྐྱངས་སོ། །

དེ་ནས་ཆོང་བ་དེ་དག་གིས་ཐོང་བསྐྱར་ཏེ་ཐོང་རིན་ཁྱེད་ནས་ཡང་བཅོམ་བརྒྱག་ཏུ་  
འཕགས་པ་དང་། རི་ཅམ་ན་མཐར་ཀྱིས་བཅོམ་བརྒྱག་དང་ཏ་ཅང་མི་རིང་བ་ན་རི་བྲག་  
ཅིག་ཡོད་པ་དེར་ཕྱིན་ཏོ། །དེད་དཔོན་དེས་ཐོང་དེ་དང་བྱ་མོ་དེ་རི་བྲག་དེར་བཞག་ནས་ཉུང་  
ཤས་ཤིག་དང་བཅོམ་བརྒྱག་ཏུ་སོང་བ་དང་། ཡུལ་ལའི་མདོག་གིས་བྱོན་པ་ལེགས་སོ་  
ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་ཀྱུན་ཏུ་སྦྱད་དེ་སྤྲེལ་བ། དེད་དཔོན་བདེ་བར་བྱོན་ཏམ། དེས་སྤྲེལ་  
བ། བཟང་མོ་ག་ལ་བདེ་བར་འོངས། ཁོ་ལོ་བཅོམ་སོ། །རྗེའི་སྤྲེལ་ཁྱོད་གསོན་པོར་བྱོན་པ་  
དགུས་མོད། ཁོར་ལྟ་སྦྱད་ཀྱིས་ཀྱང་མཆིས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་དུས་ཉུང་ཟད་ཅིག་འདུག་  
ནས་སྤྲེལ་བ། བཟང་མོ་ཁོ་ལོ་བཅོམ་པའི་རྣམ་ཆོལ་དུ་འགྲོའོ། །དེས་སྤྲེལ་བ། མ་འོངས་  
ཀྱིས་བཞུད་ཅིག །དེ་སོང་མ་ཐག་ཁོ་ནར་དེའི་ཤེད་མཐུན་འོངས་ཏེ། ཡུལ་ལའི་མདོག་ལ་  
རྒྱུ་བ། དེད་དཔོན་གར་སོང་དེས་སྤྲེལ་བ་བཅོམ་པའི་རྣམ་ཆོལ་དུ་སོང་ངོ། །དེ་གང་དུ་  
སུས་བཅོམ། བདག་ཀྱང་མི་ཤེས་ཏེ་དེ་ན་རེ་ཁོ་ལོ་བཅོམ་ཀྱིས། བཅོམ་པའི་རྣམ་ཆོལ་དུ་  
འགྲོའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེས་སྤྲེལ་བ། དེ་ད་ལྟར་རི་ལྟར་སྦྱོན་སྤྲེལ་ཆོག་གས་ཤིང་འོངས་པ་དེ་  
ལྟར་སྦྱོན་ལན་འགའ་ཡང་སྦྱོན་སྤྲེལ་ཆོག་གས་ཤིང་མ་འོངས་པས་དེས་ཁྱོད་བྱིད་དོ། །

ཤེད་མཐུན་གཏམ་བྱོས་ཤིག །གཏམ་གཞན་ཅི་ཞིག་བྱ། དེས་རྫོ་འཛོག་ནས་ས་  
འཛོན་མ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཁྱིད་དེ་འོངས་པས་ཁྱོད་དེའི་རྐང་བ་གཉིས་འཁྱུ་བར་ཡང་མི་རུང་  
ངོ། །ཤེད་མཐུན་དེ་བདེན་ནམ། བདེན་ནོ། །དེས་སྟོན་ཅིག་ཅེས་བྱས་ཏེ་ཅང་མི་སྤྲེལ་བར་

འདུག་གོ། རི་ཙམ་ན་དེད་དཔོན་དེ་འོངས་ནས་དེས་བརྟམ་ཐབས་སྡོན་དུ་བཏང་སྟེ་སྤྲེལ་བ།  
རྗེའི་སྤྲེལ་བྱིས་བཙུམ་པའི་རྣམ་བཙུམ་ཏམ། བཟང་མོ་བཙུམ་ཏོ། རྗེའི་སྤྲེལ་བྱིས་  
ཁོ་མོ་བྲིད་དེ། ཁྱོད་གང་དུ་སྤྲེལ་གང་མ་བཙུམ་གྱི། ཁོ་མོ་རྗེ་ལྟར་ཁྱོད་གྱིས་རྟོ་འཛུགས་  
ས་འཛིན་མ་ཞིག་ཁྱིད་དེ་འོངས་ཞེས་སྤྲེལ་གྱིས་དེ་འདི་ཉིད་དུ་ཁྱིད་དེ་སྤྲེལ་ཅིག། གང་གི་  
གནས་གཉིས་སུ་འགོད་པར་འགྱུར་བ་དེའི་འོངས་སྡོད་དག་ནི་སྤྲེལ་བ་ཉིད་དང་། འོངས་  
སུ་ཟད་པ་དང་། འོངས་སུ་མཐར་ཐུག་པར་འགྱུར་རོ། བཟང་མོ་གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ཡིན་དུ་བྲིན་  
གང་ཁྱོད་གྱིས་གང་གི་བྱིས་ན་ཆུང་མ་གཉིས་ཡོད་པ་དེས་ལན་འགའ་ཡང་སྤྲེལ་གང་མོ་མི་  
འཐུངས་ཤིང་ཐབས་མོ་དང་། འཆང་འབྱུང་བ་དང་། ཚོད་པ་དང་། འབྱུང་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་  
བ་མ་སྤོས་སམ། རྗེའི་སྤྲེལ་དེ་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག། དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་གྱིས་དེ་ཁྱིད་དེ་སྤྲེལ་  
ཅིག། གལ་ཏེ་རུ་མོ་ཙམ་ཞིག་ན་རུ་མོའི་འདུ་ཤེས་ཉི་བར་གཞག་པར་བགྱེད། གལ་ཏེ་བྱ་  
མོ་ཙམ་ཞིག་ན་བྱ་མོའི་འདུ་ཤེས་ཉི་བར་གཞག་པར་བགྱེད། དེས་སྤྲེལ་བ། བཟང་མོ་གལ་  
ཏེ་དེ་ལྟ་ལྟ་མ་ཉེས་གྱིས་ཁྱིད་དེ་འོང་རོ་ཞེས་དེས་དེ་ཁྱིད་དེ་འོངས་པ་དང་། དེས་དེ་མཐོང་  
ནས་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་སྤྲེལ་སོ། །

དུས་གཞན་ཞིག་ན་ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་བྱ་མོ་དེའི་སྤྲེལ་བར་བཅུམས་པ་དང་།  
མགོ་ལ་སྤྲེལ་ཡོད་པ་མཐོང་རོ། མཐོང་ནས་གང་བྲིས་པ་བྱ་མོ་འདི་ཅི་ཉེས། དེས་སྤྲེལ་བ།  
བདག་གིས་གང་མ་འཆུང་ཏེ། བདག་གི་བྱི་མོའི་མཆོད་ནས་ཁྱོད་གྱི་མ་པ་ལ་ཁྱོས་པས་  
ཁྱོད་འཕངས་པས་སྤོའི་ཐེམ་པར་ལྟར་སྟེ། དེར་སྤྲེལ་འདི་བྱུང་རོ་ཞེས་མཆོད། ཁྱོད་གྱི་བྱི་  
མོ་ཅི་མོང་། ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་གོ། ཁྱོད་གྱི་མ་ཅི་མོང་། ལྷན་ལའི་མདོག་གོ། དེས་བསམས་པ་  
བདག་དེར་ནི་མ་དང་ཆེན་ཆུང་དུ་གྱུར་ལ། འདིར་ནི་བྱ་མོ་དང་ཆེན་ཆུང་དུ་གྱུར་གྱིས་རྣམ་  
པ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བར་བྱའོ་སྤྲེལ་ནས། དེ་མགོ་གཡོགས་ཏེ་བྱིས་ནས་བྱུང་བ་དང་། རི་  
ཙམ་ན་དོན་མཐུན་ལུལ་ཡངས་པ་ཅན་དུ་འཕགས་པ་མཐོང་ནས་དེ་ཡང་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་  
ཕགས་པ་དང་དེ་ཆོང་པ་དག་དང་ལྟན་ཅིག་དགའ་མགྱུར་སྤྲེལ་ཅིང་ཡངས་པ་ཅན་དུ་སོང་།

ངོ་། །ཡངས་པ་ཅན་ན་གནས་པའི་ཆོགས་ཅན་མ་དག་གིས་སྤྲས་པ། བཙམ་བརྒྱག་པའི་  
ཆོང་པ་འདི་དག་བདག་ཅག་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེད་མོ་དང་། དགའ་བ་དང་དགའ་མགུར་དགའ་  
བ་དང་སྦྱོད་པ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བར་མི་བྱེད་དོ། །དེ་ན་ཆོགས་ཅན་མ་གཅིག་གིས་སྤྲས་པ།  
དེ་དག་གིས་ས་འཛིན་མ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཁྲིད་དེ་འོངས་པས་བདག་ཅག་དེའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་  
འབྲུ་བར་ཡང་མི་རུང་བས་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དག་བདག་ཅག་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེ་བ་དང་། དགའ་  
མགུར་སྦྱོད་པ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱེད། ཆོགས་ཅན་མ་དེ་དག་འདུས་ཏེ་ལྷན་ལའི་མདོག་  
གི་གན་དུ་དོང་ནས་སྤྲས་པ། ས་འཛིན་མ་ཁྲོད་ཁོ་མོ་ཅག་གི་འཆོ་བར་བྱེད་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ཁོ་  
མོ་ཅག་གི་ནང་དུ་མི་འཇུག། དེས་མགོ་གཡོགས་པ་བཟུས་ཏེ་སྤྲས་པ། བདག་དེང་ཕྱིན་  
ཆད་ཁྲིད་ཅག་གི་ནང་དུ་འཇུག་གོ་ཞེས་དེ་དེ་གི་ནང་དུ་ཁྱེད་སོ། །

ཇི་ཅམ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་ཆོགས་ཅན་མ་དེ་དག་ཆང་བྲལ་དུ་ཆོགས་ཤིང་གཏམ་  
ཐེར་བ་ན་སྤྲས་པ། བདག་ཅག་ལས་གང་གིས་ཆོང་པ་གང་ནོར་ཇི་ཅམ་དང་བྲལ་བར་བྱས།  
དེ་ན་གཅིག་གིས་སྤྲས་པ་ཁོ་མོས་ནི་ཆོང་པ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ནོར་འདི་ཅམ་དང་བྲལ་བར་བྱས་  
སོ། །གཞན་དག་གིས་སྤྲས་པ། ཁོ་མོ་ཅག་གིས་ནི་ཆོང་པ་ཆེ་གོ་མོ་དག་ནོར་འདི་ཅམ་དང་  
བྲལ་བར་བྱས་སོ། །ཡང་གཞན་དག་གིས་སྤྲས་པ། ཁོ་མོ་ཅག་གིས་ཀྱང་ཆོང་པ་ཆེ་གོ་མོ་  
དག་ནོར་འདི་ཅམ་དང་བྲལ་བར་བྱས་སོ། །ཡངས་པ་ཅན་ན་སྤྲས་འཆོང་གི་ཁྲིའུ་མི་སྤྲུག་  
པ་ཐོབ་པ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ཆོགས་ཅན་མ་འགས་ཀྱང་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་མ་བྱས་ནས་  
ཆོགས་ཅན་མ་དེ་དག་གིས་སྤྲས་པ། བདག་ཅག་ལས་གང་གིས་སྤྲས་འཆོང་གི་ཁྲིའུ་ཆེ་གོ་  
མོ་ཞིག་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱེད་ཀྱས་པའི་བྱད་མེད་དེ་ནི་བྱད་མེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་  
པར་བདག་ཅག་སྤྲོ། །

ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་སྤྲས་པ། ཅི་དེ་སྐྱེས་པའི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནམ།  
འོན་ཏེ་མ་ཡིན་དེ་དག་གིས་སྤྲས་པ། དེ་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པའི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་  
ནོ། །གལ་ཏེ་ཁོ་མོས་དེ་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱས་ན་ཁྲིད་ཀྱི་ཁོ་མོ་སྤྲོ་མའི་གནས་སུ་གཞག་

གཤམ། གཤམ་གྱི་ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་རྗེས་སུ་འདུག་པར་མ་ལུས་ན་ཁྱོད་རི་ལྟར་བྱ། ཁོ་  
མོས་ཁྱོད་ལ་ཀློང་པ་ཏ་དུག་ཅུ་གཤམ་ལོ། ཁ་ཉེས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཀྱིས་ཤིག ལྷན་ལའི་  
མདོག་གི་བྱིས་བདག་སྤོས་འཆོང་གི་བྱིའུ་དེའི་དུང་དུ་སྤྲས་སྤངས་པས་དེས་བྱ་མོ་མངག་  
གཞུགས་མ་སྤོབ་དུ་བཅུག་སྟེ། བྱ་མོ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤོས་འཆོང་གི་བྱིའུ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ལས་ཉི་  
མ་རེ་རེ་ཞིང་སྤོས་ཉི་བར་བྱའོ། གཤམ་ཉེ་སུའི་གན་དུ་ཁྱེད་ཞེས་ཟེར་ན། ལྷན་ལའི་མདོག་གི་  
གན་དུ་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞིག་འོངས་པ་དེའི་གན་དུ་ཁྱེད་རོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

བྱ་མོ་མངག་གཞུག་མ་དེ་སྤོས་འཆོང་གི་བྱིའུ་དེ་ལས་ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་སྤོས་ཉི་བར་  
བྱེད་དོ། རེས་དེ་ལ་སྤྲས་པ། བྱ་མོ་ཁྱོད་ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་སུའི་གན་དུ་སྤོས་ཁྱེད་བར་བྱེད།  
དེས་སྤྲས་པ། ལྷན་ལའི་མདོག་གི་གན་དུ་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞིག་འོངས་པ་དེའི་གན་དུ་ཁྱེད་  
རོ། ཡང་ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་བྱ་མོ་མངག་གཞུག་མ་དེ་ལ་སྤྲས་པ། བྱ་མོ་སྤོས་འཆོང་གི་  
བྱིའུ་དེ་ལས་སྤོས་བསྐྱབ་བ་དང་། ཁ་བ་དང་། ཆ་བ་དག་ཉི་བར་བྱའོ། གཤམ་ཉེ་སུའི་གན་དུ་  
ཁྱེད་ཞེས་ཟེར་ན་རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ན་བས་དེའི་སྤོས་ཀྱི་ཕྱིར་ཁྱེད་རོ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
བྱའོ། གཤམ་ཉེ་དབྱིག་སུའི་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ན། ལྷན་ལའི་མདོག་གི་ཡིན་མོ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
བྱའོ། བྱ་མོ་མངག་གཞུག་མ་དེས་ཀློང་པ་ཏ་དུག་ཁྱེད་ཉེ་སྤོས་འཆོང་གི་བྱིའུ་དེའི་གན་དུ་  
སོང་ནས་སྤྲས་པ། སྤོས་བསྐྱབ་བ་དང་། ཁ་བ་དང་། ཆ་བ་དག་ཕྱིན་ཅིག རེས་སྤྲས་པ།  
སུའི་གན་དུ་ཁྱེད། དེས་སྤྲས་པ། རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ན་བས་ན་དེའི་སྤོས་ཀྱི་ཕྱིར་ཁྱེད་རོ། །

དེས་སྤྲས་པ། དབྱིག་སུའི་ཡིན། དེས་སྤྲས་པ། ལྷན་ལའི་མདོག་གིའོ། རེས་  
བསམས་པ། དེ་ནི་ན་ཅུང་ཆེན་མོ་ཞིག་སྟེ། རང་གི་སྤོས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བཀུར་བྱེད་དོ། ལྷམ་  
ནས་དེ་དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་སྤྲེལ་ནས། དེས་བྱ་མོ་དེ་ལ་སྤྲས་པ། བྱ་མོ་ལྷན་ལའི་  
མདོག་ལ་སྤོས་འཆོང་གི་བྱིའུ་དེ་ཁྱོད་ལྟ་བུར་འདོད་དོ་ཞེས་ཀྱིས་ཤིག བྱ་མོ་དེས་ལྷན་ལའི་  
མདོག་ལ་བརྗོད་པ་དང་། དེས་སྤྲས་པ། བྱ་མོ་སོང་ལ་འདི་སྐད་ཅེས། ད་དུང་རིགས་ཀྱི་བྱ་  
དེ་མ་སོས་སོ་ཞེས་ཀྱིས་ཤིག དེ་སོང་སྟེ་དེ་ལ་དེ་སྐད་བརྗོད་པ་དང་། དེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་



བྱ་མོ་དེ་ལ་ཉི་མ་གང་ལ་འོང་བར་བྱ་ཞེས་འདོད། །དེས་མུག་ལའི་མདོག་ལ་བརྟེན་པ་དང་།  
དེས་བསམས་པ། དེ་ལྟ་ག་པར་ཆགས་པར་གྱུར་གྱིས་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལེགས་པ་ཞིག་  
བྱའོ་སྟེ་ནས་དེ་ཅ་མི་ཞིག་བྱས་ཏེ། ཁྱིའི་སྤྱིང་དུ་བཞག་ནས་དུར་ཁྱིའི་དུ་ཁྱིར་ཏེ་བསྐྱོད་ནས་  
ནས་དེའི་འོག་དུ་སྒྲ་བཞིག་ཅིང་དུ་བའི་བཞིན་གྱིས་སྟོས་འཆོང་གི་ཁྱེད་དེའི་ཆོང་ཁང་དང་  
ཏ་ཅང་ཐག་མི་རིང་བ་ནས་འགོ་བར་བཅུམས་པ་དང་། སྟོས་འཆོང་གི་ཁྱེད་དེས་དེ་མཐོང་  
ངོ། །

བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་བྱད་མེད་གྱིས་སྐྱེས་པ་རྣམ་པ་བརྒྱད་གྱིས་འཆོང་བར་  
བྱེད་དེ། གར་དང་། ལྷ་དང་། རོལ་མོ་དང་། གད་མོ་དང་། དུ་བ་དང་། ལྷ་བ་དང་། རེག་པ་  
དང་། མ་འབྱེད་བས་སོ་ཞེས་གསུངས་པས་སྟོས་འཆོང་གི་ཁྱེད་དེ་དེ་ལ་ཕྱིན་དུ་ཆགས་  
པར་གྱུར་ནས་བྱ་མོ་དེ་ལ་ཡང་སྟོས་པ། བྱ་མོ་ང་འོང་ངོ། །དེས་མུག་ལའི་མདོག་ལ་བརྟེན་  
པ་དང་། དེས་སྟོས་པ། བྱ་མོ་སོང་ལ་འདི་སྒྲ་ཅེས་རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་དེར་དུས་ལ་བབ་སྟེ།  
ད་དུང་མུ་ངན་མ་སངས་པས་མཐོང་བར་ག་ལ་འགྱུར་ཞེས་བྱོས་ཤིག །མུག་ལའི་མདོག་  
གིས་རི་ལྷ་རི་ལྷར་བསྐྱེད་པ་དེ་ལྷ་དེ་ལྷར་སྟོས་འཆོང་གི་ཁྱེད་དེ་ཆགས་པ་དང་བཅས་  
པས་མཐོང་འདོད་པར་གྱུར་ནས། མུག་ལའི་མདོག་གིས་དེ་ལ་སྐྱུ་པར་མ་བྱོན་པར་སྐྱེད་  
མོས་ཆལ་ག་གོ་མོ་ཞིག་དུ་སྒྲུན་ཅིག་ཅེས་ཐེན་སྤྱིང་བ་དང་། སྟོས་འཆོང་གི་ཁྱེད་དེ་བཟའ་  
བ་དང་། བདུང་བ་དང་གོས་དང་། བྱེད་བ་རྒྱ་མང་པོ་ཐོགས་ཏེ་སྐྱེད་མོས་ཆལ་དེར་འོངས་  
ནས། དེས་མུག་ལའི་མདོག་དང་ལྷན་ཅིག་རེ་ཞིག་ཐོས་ཤིང་འཐུངས་པ་དང་། རི་ཅམ་ན་དེ་  
ར་རོ་ཞིང་ཆང་གི་དབང་གིས་བདག་ཉིད་མི་བླ་པར་གྱུར་ནས་མུག་ལའི་མདོག་གིས་  
བསམས་པ། དེ་ནི་འདི་སྐྱེ་བོ་མང་བོས་ཆོར་བར་བྱའོ་སྟེ་ནས། དེས་དེའི་མགོ་ལ་བྲེང་བ་  
བཏགས་ཏེ་གཉའ་བ་བསྐྱིལ་ནས་བྱིས་དུ་བྱིད་པ་དང་། ཆོགས་ཅན་མ་དེ་དག་གིས་དེ་  
མཐོང་ནས་དེ་དག་མཆོག་དུ་ངོ་མཆར་སྐྱེས་ཏེ་སྟོས་པ། ས་འཛིན་མ་འདིས་སྟོས་འཆོང་གི་  
ཁྱེད་མི་སྐྱུ་པ་ཐོབ་པ་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱས་པ་ལེགས་སོ་ཞེས་དེ་དག་གིས་དེ་བྱ་མོའི་

གནས་སུ་བཞག་གོ། །དེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེ་བར་བྱེད། དགའ་བར་བྱེད། དགའ་མགུར་སྤྱོད་  
བར་བྱེད་པ་ལས་རིམ་ཅན་གྱིས་གཞན་ཞིག་ན་དེ་ལ་སེམས་ཅན་ཞུགས་པར་གྱུར་ཏོ། །

ཡངས་པ་ཅན་ན་སྒྲོ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཤར་གྱི་དང་། ལུབ་གྱི་ལོ། །དེ་གཉིས་པན་  
ཚུན་བཤེས་པར་གྱུར་ནས་དེ་ན་གཅིག་གིས་སྤྲས་པ། ཤེད་མཐུན་གང་གིས་བདག་ཅག་  
གཉིས་ཤི་ཞིང་དུས་ལ་བབ་ཀྱང་བཤེས་པའི་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་ཅི་  
ཡོད། ཅིག་ཤོས་གྱིས་སྤྲས་པ། ཤེད་མཐུན་བདག་ཅག་གཉིས་ཀྱི་བུ་མོ་པན་ཚུན་ཤི་གྲག་བྱ་  
སྟེ། གཤམ་ཏེ་ཁོ་ལོ་ལ་བུ་ཡོད་ལ་ཁྱོད་ལ་བུ་མོ་ཡོད་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བུ་མོ་ཁོ་ལོ་ལ་སྤྲོད་པར་  
བྱའོ། །གཤམ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་བུ་ཡོད་ལ། ཁོ་ལོ་ལ་བུ་མོ་ཡོད་ན་ཁོ་ལོ་ལ་བུ་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་བུ་ལ་སྤྲོད་  
པར་བྱ་སྟེ། དེས་ན་བདག་ཅག་གཉིས་ཤི་ཞིང་དུས་ལ་བབ་ན་ཡང་བཤེས་པའི་རྒྱན་མི་  
འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

མ་ཉིས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱའོ། །ལྷན་ལའི་མདོག་ཟླ་བ་དགུ་འདས་ཏེ་བཅས་པ་ལས་  
ཁྱེད་ཞིག་བྱང་ནས་དེས་བསམས་པ། བྱད་མེད་གང་ལ་བུ་རྒྱུད་བུ་ཡོད་པ་དེ་སྤྲོས་པ་དག་  
གིས་འདི་ཡོངས་སུ་སྤྲང་རོ། །ཞེས་ཡོངས་སུ་སྤྲོད་བར་རིག་ནས་དེས་བུ་མོ་མངག་གཞུག་  
མ་ལ་སྤྲས་པ། བུ་མོ་ཁྱེད་འདི་དང་མར་མེ་ཁྱེད་ལ་ལམ་པོ་ཆེར་སོང་སྟེ་དེར་གནས་གཅིག་  
ཏུ་ཁྱེད་ཞོག་སྟེ། མར་མེ་ཚུགས་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་སྤངས་ཀྱི་བར་དུ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྤྲོད་  
ཅིག །དེས་དེ་ཁྱེད་ཏེ་ཤར་གྱི་སྒྲོ་བ་དང་ཏ་ཅང་ཐག་མི་རིང་བའི་གནས་ཤིག་ཏུ་བཞག་སྟེ།  
མར་མེ་བཙུགས་ནས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱད་པ་དང་། ཤར་གྱི་སྒྲོ་བ་དེས་མར་མེ་མཐོང་  
ནས་ཐེ་ཆོམ་ཟ་ཞིང་དེར་སོང་བ་དང་། རིམ་ཅན་ཁྱེད་དེ་མཐོང་ནས་དེས་དེ་སྤངས་ཏེ་རྒྱུ་  
མའི་གན་དུ་སོང་ནས་སྤྲས་པ། བཟང་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་བུ་འདི་དེ། དེར་བུ་དགའ་བས་སྤངས་  
སོ། །དེ་ནས་མཆོན་མོ་ནམ་ནངས་པ་དང་ཀུན་དགའ་བར་འགྱུར་བ་བྱས་སོ། །ཁྱིམ་ཆེས་  
ཀྱི་སྤྱོད་པ་དག་གིས་པན་ཚུན་སྤྲས་པ། ཤེས་ལྡན་དག་ཤར་གྱི་སྒྲོ་བ་འདིའི་ཁྱིམ་ན་ཅི་ཞིག་  
གིས་ཀུན་དགའ་བར་འགྱུར་བ་བྱུང་། དེ་ན་ཁ་ཅིག་གིས་སྤྲས་པ། འདིའི་བུ་བྱུང་རོ། །ཁ་

ཅིག་གིས་སྤྲེལ་བ། འདིའི་ཚུང་མ་མི་སྤྲེལ་ན་འདིའི་བྱ་གཤམ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་གིས་སྤྲེལ་བ།  
ཤེས་ལྡན་དག་བྱད་མེད་ཁ་ཅིག་གི་མངལ་ན་གནས་པ་མི་མངོན་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །ཁུབ་ཀྱི་  
སྒོ་བས་ཐོས་ནས་དེས་བསམས་བ། དེའི་བྱ་བྱུང་བས་གཤམ་ཏེ་བདག་ལ་བྱ་མོ་ཡོད་པར་  
བྱུར་ན་དེ་བདག་གི་མག་པར་འགྱུར་རོ་སྤྲེལ་ནས་དེས་དེ་ལ་གོས་དང་ཆུན་དག་བསྐྱར་  
རོ། །

དེ་བསྐྱངས་ཤིང་བསྐྱེད་དེ་ཆེན་པོར་བྱུར་ནས་རི་ཙམ་ན་དེ་དགེ་འདུན་གྱི་ནང་  
ཞུགས་སོ། །རི་ཙམ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་ཡང་ལྷན་ལའི་མདོག་ལ་སེམས་ཅན་ཞུགས་པར་  
བྱུར་ནས་དེ་ཆོ་བ་དགུ་འདས་ཏེ་བཙུང་བ་ལས་བྱ་མོ་ཞིག་བྱུང་ནས་དེས་ཡང་བསམས་བ།  
བྱད་མེད་གང་ལ་བྱ་མོ་ཆུང་དུ་ཡོད་པ་དེ་སྤྲེལ་བ་དག་གིས་འདི་ཡོངས་སུ་སྤང་རོ་ཞེས་  
ཡོངས་སུ་སྤྱོད་བར་རིག་ནས་དེས་བྱ་མོ་མངག་གཞུག་མ་ལ་སྤྲེལ་བ། བྱ་མོ་བྱ་མོ་འདི་དང་  
མར་མེ་བྱིར་ལ་ལམ་པོ་ཆེར་སོང་སྟེ། དེར་གནས་གཅིག་ཏུ་བྱ་མོ་ཞོག་སྟེ། མར་མེ་ཆགས་  
ལ་འགའ་ཞིག་གིས་བྱངས་ཀྱི་བར་དུ་མཐའ་གཅིག་ན་སྟོན་ཅིག །དེས་དེ་བྱིར་ཏེ་ཁུབ་ཀྱི་སྒོ་  
བ་དང་ཏ་ཅང་ཐག་མི་རིང་བའི་གནས་ཤིག་ཏུ་བཞག་སྟེ། མར་མེ་བཙུགས་ནས་མཐའ་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱད་པ་དང་། ཁུབ་ཀྱི་སྒོ་བ་དེས་མར་མེ་མཐོང་ནས་ཐེ་ཆོམ་ཟ་ཞིང་དེར་སོང་བ་  
དང་། རི་ཙམ་ན་བྱ་མོ་དེ་མཐོང་ནས་དེས་དེ་བྱངས་ཏེ་ཆུང་མའི་གན་དུ་སོང་ནས་སྤྲེལ་བ།  
བཟང་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་མོ་འདིར། དེ་རབ་ཏུ་དགའ་བས་བྱངས་སོ། །དེ་ནས་མཆན་མོ་ནམ་  
ནངས་པ་དང་། ཀུན་དགའ་བར་འགྱུར་བར་བྱས་སོ། །བྱིམ་ཆེས་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་དག་གིས་པན་  
ཚུན་སྤྲེལ་བ། ཤེས་ལྡན་དག་ཁུབ་ཀྱི་སྒོ་བ་འདིའི་བྱིམ་ན་ཅི་ཞིག་གིས་ཀུན་དགའ་བར་  
འགྱུར་བ་བྱུང་། དེ་ན་ཁ་ཅིག་གིས་སྤྲེལ་བ། འདིའི་བྱ་མོ་བྱུང་རོ། །ཁ་ཅིག་གིས་སྤྲེལ་བ།  
འདིའི་ཚུང་མ་མི་སྤྲེལ་ན་འདིའི་བྱ་མོ་གཤམ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་གིས་སྤྲེལ་བ། ཤེས་ལྡན་དག་  
བྱད་མེད་ཁ་ཅིག་གི་མངལ་ན་གནས་པ་མི་མངོན་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །ཤར་ཀྱི་སྒོ་བས་ཐོས་ནས་

དེས་བསམས་པ། དེའི་བྱ་ལོ་བྱུང་བས་དེ་བདག་གི་མནའ་མར་འགྱུར་རོ་སྟེ་ནས་དེས་དེ་  
ལ་གོས་དང་རྒྱན་དག་བསྐྱར་རོ། །

དེ་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་དེ་ཆེན་མོར་གྱུར་ནས་རི་ཅམ་ན་དེ་ཡང་དགེ་འདུན་མའི་  
ནང་དུ་ཞུགས་སོ། །རི་ཅམ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་དགེ་འདུན་ལ་བརྒྱ་སྟེད་མོས་ཆལ་དུ་  
འཕགས་པ་དང་དེ་དག་གིས་གྲོས་བྱ་བར་བཅམས་པ། བདག་ཅག་གི་ན་དེ་བཞིན་དུ་སྟེད་  
མོས་ཆལ་དུ་དོང་སྟེ་ཅིར་རུང་། འདུད་མཐུན་མ་འགའ་ཞིག་བགྱེད། །དེ་ལྟར་བྱའོ། །གང་  
བགྱེད། ས་འཛིན་མའོ། །མཉེས་ཏེ་འདི་ལྟར་ཁྲིམས་སུ་བྱ་བ་བཅའ་སྟེ། བདག་ཅིག་ལས་གང་  
དེ་དང་ལྟན་ཅིག་དགའ་མགྱུར་སྟོད་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ལ་དགེ་འདུན་དག་གིས་ཀླུ་པ་ཏ་  
དུག་ཅུ་དབབ་སོ། །དེ་དག་གིས་ས་འཛིན་མ་ལྷན་ལའི་མདོག་ཀླུ་པ་ཏ་ལ་བརྒྱས་སྟེ་  
སྟེད་མོས་ཆལ་དུ་ཁྲིད་ནས་དགེ་འདུན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རེས་ཀྱིས་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་  
དགའ་མགྱུར་སྟོད་དོ། །ཤར་གྱི་སྟོ་བའི་བྱ་དེ་དགའ་མགྱུར་སྟོད་པར་མི་འདོད་ནས་ལྷན་  
ལའི་མདོག་གིས་དེ་ལ་སྦྱས་པ། རིའི་སྟེང་དགའ་མགྱུར་སྟོད་ཅིག་། གཞན་དུ་ན་འདི་དག་  
གིས་ཁྲིད་ལ་ཀླུ་པ་ཏ་དུག་ཅུ་པ་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ཆད་པས་འཛིགས་པས་དགའ་  
མགྱུར་སྟེད་པ་དང་། དེ་ལྷན་ལའི་མདོག་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་སྟེས་ནས་དེས་དེ་གཅིག་  
ལུས་ཆུང་མ་ཁྲད་པར་བྱས་སོ། །ལི་རྩ་ལྷོ་དག་ཁྲིས་ནས་ཤར་གྱི་སྟོ་བའི་བྱ་དེས་ཆོགས་  
ཀྱིས་སྟེད་པར་བྱ་བའི་བྱ་དེ་གཅིག་ལུས་ཆུང་མ་ཁྲད་པར་བྱས་ཀྱིས་དེ་གསོད་དུ་  
འདོད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

འཛིག་རྟེན་ནི་མཛའ་བཤེས་དང་དག་པོ་དང་ཐ་མལ་པ་ཡིན་པས་གཞན་ཞིག་ཤར་  
གྱི་སྟོ་བ་དེའི་གན་དུ་སོང་སྟེ་རི་ལྟར་གྱུར་པ་སྦྱས་པ་དང་། ཤར་གྱི་སྟོ་བ་དེ་སྟག་ནས་ལི་རྩ་  
ལྷོ་རྗེ་རྣམས་ཀྱི་གན་དུ་སོང་སྟེ་རྒྱུ་པ་པ་གཉིས་ལ་གཏུགས་ནས་སྦྱས་པ། ལུའི་སྟོང་མོ་སྟེ་ལ་  
ཅིག་། དེ་དག་གིས་སྦྱས་པ། ཀྱའི་ནང་རྗེ་དེ་ཅི་ཉེས། དེས་དེ་དག་ལ་རྒྱས་པར་བཟོད་པ་  
དང་། དེ་ནས་ཁ་ཅིག་གིས་སྦྱས་པ། ཤེས་ལྟན་དག་ཤར་གྱི་སྟོ་བ་འདི་བདག་ཅག་ལ་ཡུན་

རེད་པོ་ནས་པན་པ་བྱེད་བྱེད་པ་ཡིན་གྱིས། གལ་ཏེ་འདྲིའི་བྱ་ཆོག་ས་ཅན་མ་འདོད་ན་སྤྱོད་  
 རོ། །གཞན་དག་གིས་སྤྲས་པ། མ་ཉེས་གྱིས་དེ་བཞིན་བྱའོ་ཞེས་དེ་དག་གིས་དེ་ལ་ལྷན་  
 ལའི་མདོག་བྱིན་རོ། །ཤར་གྱི་སྒོ་བའི་བྱ་དེ་ཆོག་ས་ལས་ཐོབ་པས་བག་ཆ་བ་མེད་པར་ལྷན་  
 ལའི་མདོག་རྒྱུང་མར་བླངས་སོ། །དེ་ནས་དེའི་པས་རྒྱུ་གྱི་སྒོ་བ་ལ་སྤྲས་པ། ཤེད་མཐུན་  
 ཁྲིའུ་ལ་བྱ་མོ་བག་མར་ཐོངས་ཤིག་དེས་སྤྲས་པ། ཤེད་མཐུན་ཁྲོད་ཀྱི་བྱས་རྒྱུང་མ་བླངས་  
 ཟེན་ན་བག་མ་གཞན་གྱིས་ཅི་བྱ། དེས་སྤྲས་པ། ཤེད་མཐུན་སྤར་འཐམས་ཟེན་གྱིས་ད་བྱིན་  
 ཅིག་དང་། གལ་ཏེ་ཁོ་མོ་ལ་འཁྱོར་པ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ཁོ་མོའི་བྱའི་རྒྱུང་མའི་འཁོར་ནས་  
 པར་འཛོག་པར་བྱེད་དོ། །རྒྱུ་གྱི་སྒོ་བས་སྤར་འཐམས་པའི་ཕྱིར་ཤར་གྱི་སྒོ་བའི་བྱ་ལ་བྱ་  
 མོ་བྱིན་རོ། །ཤར་གྱི་སྒོ་བའི་བྱ་དེས་ཀྱང་ཉི་མ་དང་། ཆེས་གངས་དང་། ཡུད་ཅམ་གྱི་སྤྱོད་  
 པས་དེ་བག་མར་བླངས་སོ། །

དེའི་ཆེ་ན་ཆེ་དང་ལྷན་པ་མོད་གཤམ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོ་ཤར་གྱི་སྒོ་བ་དེའི་བྱིས་དུ་འགྲོ་  
བས་དེས་བྱ་མོ་དེ་ལ་སྦྱས་པ། བྱ་མོ་བྱིད་གྱི་ཆེན་མ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱིད་གྱི་མའོ། །བྱིད་  
གྱི་བྱིས་ཐབ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་བྱིད་གྱི་མིང་པོ་ཡིན་གྱིས། མ་ལ་རབ་དུ་སྤང་བའི་སེམས་  
མ་སྐྱེད་ཅིག །སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་ལ་གཞོལ་བར་འགྱུར་བར་མ་བྱེད་ཅིག །ལྷན་ལའི་  
མདོག་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཆེ་བར་བྱེད། དགའ་བར་བྱེད། དགའ་མགྱུར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལས་  
བྱ་བྱང་ནས་བྱ་མོ་དེས་བྱིའུ་དེ་སྒོ་ཁང་གི་བྱི་རོལ་དུ་ཆེར་གཞུག་པར་བཅམས་པ་དང་། རི་  
ཅོམ་ན་བས་ཐེ་ཞིག་ལམ་དེ་ནས་འགྲོ་བ་དེས་མཐོང་ནས་དེས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་སྦྱས་པ།

མི་རྒྱལ་ས་ནང་ན་མཆོག་གི་རབ་གྱི་མཆོག །

མཚུངས་མེད་ཀྱལ་བ་སྐྱོབ་པའི་ཉན་ཐོས་མ། །

མེ་ཉྟག་མན་རྩ་ར་ཀ་རབ་འདྲ་བ། །

མིང་མོ་བྲུ་འདི་བྲུ་གྱི་ཅི་ཞིག་ཡིན།

དེས་གྲང་ཆེགས་སུ་བཅད་པ་སྟེས་པ། །



འཕགས་པ་མོད་གལ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོ་འདི་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་འདི་ལྟ་བུ་ལས་གྲོལ་བ་  
ཡིན་གྱི་བདག་ཅག་ནི་འདོད་པའི་འདམ་དུ་བྱིང་བ་ཡིན་ལོ། །

ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་སྤྲས་པ། བདག་གིས་ཡངས་པ་ཅན་དུ་སྤྲོས་འཆིང་གི་ཁྱེུ་  
མི་སྤྲུག་པ་ཐོབ་པ་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱས་སོ། །དགོ་འདུན་དེས་སྤྲས་པ། སྤྲས་པ་དེའི་  
དོན་ཅི་འདི་ཡང་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱེད་འདོད་དམ། དེས་སྤྲས་པ། ཅི་འདི་སྤྲོས་པ་སྤྲོས་  
པའི་དབང་པོ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནམ། འདི་སྤྲོས་པ་སྤྲོས་པའི་དབང་པོ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་  
ལོ། །ཁོ་མོས་གལ་ཏེ་འདི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱ་ན་ཁྱེད་ལ་ཅི་དབབ། གྲུ་བ་ཏ་ལ་  
བརྒྱའོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་མ་རུས་ན་ཁྱོད་ལ་ཅི་དབབ། ཁྱོད་  
གཅིག་སུའི་ཆུང་མ་ཁྱད་པའོ། །མ་ཉེས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་གྱིས་ཤིག །ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་  
ཁས་སྤངས་ནས་དེ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་མོད་གལ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོ་གལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་བྱིན་ནས་  
བྱད་མེད་ཀྱི་གཡོ་དག་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་བྱ་བྱ་དག་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་ཡ་ཡོ་དག་དང་།  
བྱད་མེད་ཀྱི་སྤྱུ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཉི་ལེ་བར་བསྟན་པར་བཅམས་པ་དང་། ཆེ་དང་ལྡན་  
པ་མོད་གལ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོ་དབང་པོ་དག་པལ་སྟེ་འདུག་པོ། དེས་བསམས་པ། བྱད་མེད་ཀྱི་  
ཡུལ་གྱི་རིག་པ་ནི་དུག་ཡིན་པས་བདག་གིས་འབྱུང་ན་འདི་བདག་གི་དབང་དུ་འགྱུར་རོ་  
སྟམ་ནས། དེས་འབྱུང་པར་བཅམས་པ་དང་། ཆེ་དང་ལྡན་པ་མོད་གལ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོ་ང་  
པའི་རྒྱལ་པོ་འདབ་མ་བརྒྱུད་བ་ལྟར་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་མདོན་པར་འཕགས་ནས་  
ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་སྤྲས་པ།

རུས་པའི་འབྱུང་འཁོར་སྤྱིལ་བུ་ལ། །ཆུ་བས་ཡོངས་སུ་དཀྱིས་གྱུར་ཅིང་། །མི་  
གཙང་རུལ་བ་བྱིང་བ། །གཞན་ལ་སྟེན་ཅིང་བདག་གིར་བྱེད། །བཙོག་པས་གང་བའི་རྒྱལ་  
པ་ཁྱོད། །གསོང་ལྗོང་པོལ་མིག་ངལ་སྟེན་ལྡན། །རྒྱན་ལམ་དགུ་ནས་རྟག་ཏུ་ནི། །མི་  
གཙང་རབ་ཏུ་འཛྲུག་པ་ཡིན། །རི་ལྟར་ཁོ་བོས་ཁྱོད་ཤེས་ལྟར། །སྟེ་བོས་ཁྱོད་ནི་ཤེས་གྱུར་  
ན། །དབྱར་དུས་བྱིས་ཤིང་གནས་གཞིན་དུ། །ཐག་རིང་རྣམ་པར་སྤོང་བར་འགྱུར། །གང་བྱིར་

བྱིས་པ་གཉི་ལྷག་གིས། །སྤྱན་པས་བསྐྱབས་པས་མི་ཤེས་པ། །དེ་བྱིར་རྩལ་ལ་སྤང་གན་  
བཞིན། །དེ་དག་ཁྱོད་ལ་ཆགས་པར་བྱེད། །

ལྷན་པའི་མདོག་གིས་ཀྱང་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་སྤྲས་པ། །སྤྲལ་པ་ཆེན་པོ་དེ་  
ལྟ་ལགས། །འཕགས་པས་རི་སྐད་གསུངས་པ་བཞིན། །རུས་པའི་འཁྱལ་འཁོར་སྤྱིལ་བུ་  
ལ། །ཆུ་བས་ཡོངས་སུ་དགྲིས་གྱུར་ཅིང་། །མི་གཙང་རུས་པ་བྱིང་བ། །གཞན་ལ་སྤྱོད་ཅིང་  
བདག་གིར་བཞུད། །བཙེག་པས་བལྟམ་པའི་རྒྱལ་པ་བདག་། །གསོང་སྤོང་པོལ་མིག་ངལ་  
སྤྱོད་ལྷན། །རྒྱན་ལམ་དགུ་ནས་རྟག་ཏུ་ནི། །མི་གཙང་རབ་ཏུ་འཛག་པ་ལགས། །རི་ལྟར་  
འཕགས་པས་བདག་མཁའེ་ལྟར། །སྤྱོད་པོས་བདག་ནི་འཆལ་གྱུར་ན། །དབྱར་རུས་སྤང་  
སའི་གནས་བཞིན་དུ། །ཐག་རིང་རྣམ་པར་སྤོང་བར་འགྱུར། །གང་བྱིར་བྱིས་པ་གཉི་ལྷག་  
གི། །སྤྱན་པས་བསྐྱབས་པས་མ་འཆལ་བ། །དེ་བྱིར་རྩལ་ལ་སྤང་གན་བཞིན། །དེ་དག་  
བདག་ལ་ཆགས་པར་བཞུད། །སྤྲལ་པ་ཆེན་པོ་མར་གཤེགས་ཏེ། །འཕགས་པ་ཆོས་ནི་  
བསྟན་དུ་གསོལ། །ཤེས་རབ་མཆོག་གི་བསྟན་པ་ལ། །བདག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་ཉན་ཐོས་  
བཞི། །

དེ་ནས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་མོད་གལ་གྱི་སུ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་གི་ནམ་མཁའི་དགྲིལ་ནས་  
བབས་ནས་དེས་དེའི་བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་བ་དང་། ཁམས་དང་། རང་བཞིན་ཁོང་  
དུ་རྒྱུད་ནས། །འདི་ལྟར་ལྷན་པའི་མདོག་གིས་སྤྱན་དེ་ཉིད་ལ་འདུག་བཞིན་དུ་འཛིག་ཆོགས་  
ལ་ལྟ་བའི་རིའི་ཅེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་རྩི་རྩེས་བཙམ་སྟེ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་  
མདོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་དེ་ལྟར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཡང་དག་པར་སོ་སོར་རྟོགས་  
པར་བྱེད་པའི་ཆོས་བསྟན་པ་བྱས་སོ། །དེས་བདེན་པ་མཐོང་ནས་སྤྲས་པ། །འཕགས་པ་  
བདག་གིས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འཕགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཕགས་པས་བདག་ལ་  
གང་མཛད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་བདག་ལ་པས་ཀྱང་མ་བཞིས། །མས་ཀྱང་མ་བཞིས། །རྒྱལ་པོས་  
ཀྱང་མ་བཞིས། །ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་བཞིས། །སྤོན་གྱི་པ་མེས་དག་གིས་ཀྱང་མ་བཞིས།



དག་སྟོང་དང་བྲམ་ཟེ་དག་གིས་ཀྱང་མ་བཤིས། བྲམས་པ་དང་མཛའ་བཤེས་དང་ཅ་ལག་གི་ཆོགས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་བཤིས་ཏེ། བྲག་དང་མཆི་མའི་རྒྱ་མཆོ་ནི་བསྐྱམས། རུས་པའི་རི་དག་ལས་ནི་བསྐྱལ། རན་སོང་གི་སྒོ་དག་ནི་བཀུམ། མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་སྒོ་དག་ནི་བྱེ། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་དྲུང་འགྲོ་དང་ཡི་དྲུགས་ནས་ནི་རྒྱུ་པ་ལྟར། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ནི་བཞག། རོག་མ་མ་མཆིས་པའི་དུས་ནས་བསགས་པའི་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བའི་རིའི་ཅེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྟོ་རྟེན་བཅོམ་སྟེ་རྒྱུ་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཐོབ་སྟེ། འཕགས་པ་བདག་ནི་མངོན་པར་ཞུགས་པ་ལགས་སོ། །འཕགས་པ་བདག་ནི་མངོན་པར་ཞུགས་པ་ལགས་ཏེ། འཕགས་པ་བདག་བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་། ཆོས་དང་དག་སྟོང་གི་དག་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ཡིས། བདག་དག་བསྟེན་མར་གཟུང་དུ་གསོལ། དེར་སྒྲན་ཆད་ནས་རི་སྒྲིབ་དུ་འཆོའི་བར་དུ་སྒོ་བ་ཐག་པ་ནས་རབ་ཏུ་དང་བས་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དེ་ནས་རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་མོད་གལ་ཀྱི་བུ་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་ལ་གཏུགས་ཏེ་སྐྱས་པ། བཅུན་པ་མོད་གལ་ཀྱི་བུ་ཆེན་པོ་བདག་ལགས་པར་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་རྟོགས་པར་བསྟེན་པ་དག་སྟོང་མའི་དངོས་པོ་འཐོབ་ན། བདག་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐུན་སྤར་ཆངས་པར་སྤྲད་པ་སྟོན་དོ། །

དེས་སྐྱས་པ། སྤང་མོ་སོང་ལ་ཁྱིམ་ཐབ་དག་ལ་གསོལ་ཅིག །དེ་དེ་དག་གི་གན་དུ་སོང་སྟེ་སྐྱས་པ། རྗེའི་སྐས་དག་བདག་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་ཅི་གནང་། དེ་དག་གིས་སྐྱས་པ། ས་འཛིན་མ་ཅིའི་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ཅོ་འཛི་བར་བྱེད། དེས་སྐྱས་པ། མད་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་སྟེ་ཅོ་འཛི་བར་མི་བཤིད་དོ། །དེ་དག་གིས་སྐྱས་པ། གལ་ཏེ་དེ་ལྷ་ན་རབ་ཏུ་བྱུང་ཤིག །དེ་དེ་དག་གིས་གནང་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་མོད་གལ་ཀྱི་བུ་ཆེན་པོ་གལ་པ་དེར་སོང་བ་དང་། དེས་དེ་ཁྱིད་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་གལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་ཕྱིན་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་གཉིས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་འཆའ་ཏེ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འདུག་གོ། །མཐའ་གཅིག་ཏུ་

འདུག་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཆེ་དང་ལྷན་པ་མོད་གཤམ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོས་འདི་སྐད་ཅེས་གསལ་རྟོ། །བཙུན་པ་ལྷན་ལའི་མདོག་འདི་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་རྩ་འབྱུང་བ་དང་རྫོགས་པར་བསྟེན་པ་དག་སྒོར་མའི་དངོས་པོ་འཆའ་ལོ། །

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། མ་ཉེས་ཀྱིས་རབ་རྩ་འབྱུང་བ་ལེགས་སོ་ཞེས་བཀའ་སྩལ་ནས། རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལ་ཐིན་ཡིག་གི་བར་བཅུམས་སོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཐིན་ཡིག་མཛད་པ་ན་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྙིང་པོ་འོངས་ཏེ་གསལ་པ། བཅོམ་ལྷན་འདས་འབྱུང་མཐུན་མ་འདི་ཅིའི་སྒྲིབ་དུ་འདིར་མཆིས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དེ་སྐད་མ་ཟེར་ཅིག །སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྤང་མོ་འདི་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་རྩ་འབྱུང་བ་དང་རྫོགས་པར་བསྟེན་པ་དག་སྒོར་མའི་དངོས་པོ་འདོད་དོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་གང་དུ་ཐིན་ཡིག་མཛད། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་མཉན་ཡོད་དུ་སྤྱོད་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་ལའོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་བདག་གིས་ཀྱང་འདི་ལ་བསལ་བ་སྩལ་བར་བཀྱའོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་མ་ཉེས་སོ། །རྒྱལ་པོས་དེའི་བསལ་བ་བསྐྱོས་སོ། །ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་ཐིན་ཡིག་མཛོས་ཏེ་མཉན་ཡོད་དུ་སོང་བ་དང་། སྤྱོད་དགའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གློ་ཏ་མྱིས་དེ་རབ་རྩ་བྱུང་རྫོགས་པར་བསྟེན་པར་བྱས་ཏེ། གདམས་ངག་བྱིན་ནས་དེ་གཅིག་དུ་དབེན་པ་བག་ཡོད་པ་རྒྱན་པ་དང་ལྷན་པ། བདག་ཉིད་བཏང་བར་གནས་པ་ན་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་ཆ་ལྷ་བ་གཡོ་བ་དང་མི་གཡོ་བ་འདི་ཉིད་རིག་སྟེ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཉམས་པ་དང་། ལྷང་བ་དང་རྣམ་པར་འཁོར་བ་དང་། རྣམ་པར་འཛིག་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པས་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་དག་གང་གི་ཕྱིར་སྤྱོད་ཐེགས་ཏེ་གོས་དུར་སྤྲིག་དག་བགོས་ནས་ཡང་དག་པ་ཁོ་ནར་དད་པས་བྲིས་ནས་བྲིས་མེད་པར་རབ་རྩ་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་ཆངས་པར་སྤྱོད་པའི་མཐའ་ལྷན་མེད་པ་དེ་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་རང་གི་མདོན་པར་ཤེས་པས་མདོན་སྤྱོད་དུ་བྱས་ཏེ་བསྐྱབས་ནས་བདག་གི་སྤྱོད་པ་ཟད་དོ། །ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་སྤྱད་

དོ། །བྱ་བ་བྱས་སོ། །སྲིད་པ་འདི་ལས་གཞན་མི་ཤེས་སོ་ཞེས་གོ་བར་བྱེད་ཅིང་དགྲ་བཅོམ་  
བ་ཁམས་གསུམ་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ། བོང་བ་དང་གསེར་དུ་མཉམ་བ། ཉམ་  
མཁའ་དང་ལག་མཐེལ་དུ་མཚུངས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་བ། ཅན་ཅན་བཞག་པ་ལྟ་བུ་རིག་  
པས་སྒོ་འདི་སྦྱབས་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིང་། རིག་པ་དང་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་  
དག་པར་རིག་པ་ཐོབ་བ། སྲིད་པ་དང་འདོད་པའི་རྟེན་པ་དང་བཀྱར་སྟེ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་སྦྱགས་  
བ། དབང་པོ་དང་ཉེ་དབང་དང་བཅས་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བྱ་བ་དང་། རྗེད་པར་  
བྱ་བ་དང་། མངོན་དུ་སྦྱ་བར་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །

དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགེ་སྟོང་རྣམས་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། དགེ་སྟོང་དག་  
འདི་ཉན་ཐོས་མ་རྩུ་འབྲུལ་ཆེ་བ། མཐུ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་འདི་ལྟ་སྟེ། དགེ་སྟོང་མ་ཁྱུ་  
ལའི་མདོག་འདི་མཆོག་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྟོང་རྣམས་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིམ་ནས་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་  
གཅོད་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཞུས་བ། བཅུན་པ་ཁྱུ་ལའི་མདོག་གིས་ལས་  
ཅི་ཞིག་བཀྱིས་ན་དེས་མིག་ཁྱུ་ལ་འདྲ་བ། ཁྱུ་ལའི་བྱི་དང་ལྡན་བ། ཁྱུ་ལའི་ཟེའུ་འབྲུའི་  
མདོག་འདྲ་བར་གྱུར། ལས་ཅི་ཞིག་བཀྱིས་ན་དེས་སྒྲིམ་པ་དག་གིས་ཐོངས་པ་མ་མཆིས་  
པར་གྱུར་ཅིང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་རབ་དུ་བྱུང་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་  
ཅད་སྤངས་པས་དགྲ་བཅོམ་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བཀྱིས། ལས་ཅི་ཞིག་བཀྱིས་ན་དེ་ཉན་  
ཐོས་མ་རྩུ་འབྲུལ་ཆེ་བ་མཐུ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་དུ་བསྟན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
བཀའ་སྩལ་བ། དགེ་སྟོང་དག་ཁྱུ་ལའི་མདོག་ཉིད་ཀྱིས་ལས་ཆོགས་རྟེན་བ། རྒྱན་ཡོངས་  
སུ་བསྐྱར་བ། འོད་པ་བཞིན་དུ་ཉེ་བར་གནས་བ། གདོན་མི་ཟ་བར་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་  
དག་བྱས་ཤིང་བསགས་པས་ཁྱུ་ལའི་མདོག་ཉིད་ཀྱིས་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དག་  
གཞན་ཞིག་གིས་སོ་སོར་སྟོང་བར་འགྱུར། དགེ་སྟོང་དག་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དག་  
ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་སའི་ཁམས་ལ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པར་མི་འགྱུར། རྩའི་ཁམས་ལ་མི་འགྱུར། མའི་  
ཁམས་ལ་མི་འགྱུར། རྩང་གི་ཁམས་ལ་མི་འགྱུར་གྱི། འདི་ལྟར་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་

བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དག་ནི་ཟིན་པའི་ཕྱང་པོ་དང་། ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆོད་དག་ལ་རྣམ་  
པར་སྦྱོན་པར་འགྱུར་ཏེ།

ལས་རྣམས་བསྐྱལ་བ་བརྒྱར་ཡང་ནི། །ཆུད་མི་ཟ་བའང་ཆོགས་དང་དུས། །

ཉིད་ན་ལུས་ཅན་རྣམས་ལ་ནི། །འབྲས་བུ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཉིད། །

དགེ་སློང་དག་སྟོན་བྱུང་བ་རི་བྲག་ཤིག་ན་ཁྱིམ་བདག་ཅིག་འདུག་པ་དེས་རིགས་མཉམ་པ་  
ལས་ཆུང་མ་སྦངས་ནས་དེ་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་ཅེ་བར་བྱེད། དགའ་བར་བྱེད། དགའ་མགུར་  
སྟོད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་ཐོང་ཐོགས་ཏེ་ཡུལ་གཞན་དུ་སོང་ངོ་། །དེའི་ཆུང་  
མ་གོས་དང་ཟས་བཟང་བས་ཉོན་མོངས་པ་དག་གིས་གཞོད་པར་གྱུར་ནས་དེ་དང་ཉ་ཅང་  
ཐག་མི་རིང་བ་ན་འཇུག་མཐུན་མཉེ་བྱིས་ཞིག་འདུག་པ་དེར་སྐྱེས་པ་གཞན་དག་ཅིང་གཞན་  
དག་འབྱུང་བ་མཐོང་ནས་དེས་བསམས་པ། བྱད་མེད་འདི་ནི་བསོད་ནམས་བྱས་པ་ཡིན་  
པས་འདི་སྐྱེས་པ་དག་གིས་སོངས་པ་མེད་པ་ཡིན་ན། བདག་གྲང་གང་གིས་སྐྱེས་པ་དག་  
གིས་སོངས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་ཅི་ཡོད་སྟེ་ནས་དེ་དེ་ལྟར་སེམས་པ་  
ན། དེར་གཅེར་བུ་པའི་ཉན་ཐོས་མ་ཞིག་འོངས་ནས་དེས་དེ་ལ་སྦྱས་པ། ལུ་རུ་མོ་གང་གིས་  
གང་སེམས་པ་དང་གང་སྦྱབ་པ་དེ་ཐམས་ཅད་འབྲུབ་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་ཅི་  
ཡོད།

དེས་སྦྱས་པ། ལུ་རུ་མོ་ཁོ་མོའི་མིང་པོ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་བརྟུལ་ཞུགས་བྱུང་བ་བདག་  
ཉིད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟན་བྱིན་ལ་སྟོན་ལམ་ཐོབ་ཅིག་དང་། ཁྱོད་གང་སེམས་པ་  
དང་གང་བྱུང་བ་དེ་ཐམས་ཅད་བྱུང་པར་འགྱུར་ངོ། །དེས་སྦྱས་པ། ལུ་རུ་མོ་གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་  
ན་སོང་ལ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་ཁོ་མོའི་བྱིས་དུ་ཟན་ལ་སོས་ཤིག །དེས་དེ་ཟན་ལ་སོས་  
སོ། །ཁྱིམ་བདག་གི་ཆུང་མ་དེས་གྲང་ཟན་སྦྱར་ཅིང་། ལྷན་ལ་དག་གིས་ལག་པ་སྟ་གོན་  
བྱས་སོ། །གཅེར་བུ་པ་དག་ནི་དུས་སྟ་ཡང་ཟན་ཟ་ལ། དུས་མ་ཡིན་པར་ཡང་ཟ་བས་དེ་  
ཡུན་རིང་ཞིག་ཐོགས་སོ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་འབྱུང་བ་མེད་པའི་ཆོ། རང་སངས་རྒྱས་

དམན་པ་དང་བཞུན་པ་ལ་རྗེས་སུ་སྦྱང་བཅེ་བ། བས་མཐའི་གནས་མལ་ལ་དགའ་བ། བསེ་  
རུ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལུ་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཡོན་གནས་སུ་གྱུར་པ་དག་འཛིག་ཏེན་དུ་བྱུང་ངོ་། །རི་  
ཅམ་ན་རང་སངས་རྒྱས་ཤིག་སྦྱངས་རྒྱ་བ་ན་རི་བྲག་དེར་བྱིན་ནས་དེ་སྔ་པོ་ཤམ་ཐབས་  
བགོས་ལྟར་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་ཐོགས་ཏེ་བསོད་སྦྱོམས་ལ་རྒྱ་བ་ན་བྱིས་དེར་ཁྱེགས་པ་  
དང་། བྱིས་བདག་གི་རྒྱུང་མ་དེས་ལྷན་མཛེས་པ། སེམས་མཛེས་པ་དེ་མཐོང་ནས་དེས་  
བསམས་པ། འདི་ནི་བརྟུལ་ཁྱེགས་གྲུབ་པ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་ཡིན་གྱིས་ཟན་སྦྱོན་ནོ་  
སྦྱོམ་ནས། དེས་དེ་ཟས་བསོད་པས་ཆོས་པར་བྱས་ཤིང་དེ་ལ་ལྷན་ལ་དག་གིས་ཀྱང་  
མཆོད་པ་བྱས་སོ། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་དག་ནི་ལྷན་གྱིས་ཆོས་སྦྱོན་གྱི་ཆོག་གིས་ཆོས་  
མི་སྦྱོན་པས་རང་སངས་རྒྱས་དེ་ཟས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱས་ནས། དེ་ལ་སྦྱང་བཅེ་བའི་བྱིར་རང་བའི་  
རྒྱས་པོ་འདབ་མ་བརྒྱུད་བ་ལྟར་སྦྱང་གི་རྣམ་མཁའ་ལ་མཛོན་པར་འཕགས་ནས་འབར་བ་  
དང་། གསལ་བ་དང་། ཆར་འབེབས་པ་དང་། སྒོག་འབྱེན་པའི་ཆོ་འབྱུང་དག་བྱ་བར་  
བརྩམས་སོ། །སོ་སོའི་སྦྱེ་བོ་ནི་རྩ་འབྱུང་ལ་སྦྱར་དུ་སེམས་གཏོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་  
བྱིས་བདག་གི་རྒྱུང་མ་དེས་གྲུས་པར་བསྐྱེམ་པ་དང་བཅས་པས་དེའི་རྒྱུད་པ་གཉིས་ལ་བྲག་  
འཆལ་ཏེ་སྦྱོན་ལམ་བཟབ་པ། བདག་གིས་ཡོན་གནས་ཡང་དག་པར་གྱུར་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་  
མཆོད་པ་བྱས་པ་གང་ཡིན་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བའི་འདིས་བདག་སྦྱེས་པ་དག་གིས་ཐོངས་པ་  
མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་འདི་བས་ཆེས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྦྱོན་པ་མཉེས་པར་བྱེད་ཅིང་  
ཐུགས་བྱུང་བར་མི་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
བཟུང་སོ། །

དགེ་སྦྱོང་དག་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ན་བྱིས་བདག་གི་རྒྱུང་མ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལྷན་  
ལའི་མདོག་འདི་ཡིན་ཏེ། འདིས་རང་སངས་རྒྱས་ལ་ཟན་བྱིན་ཏེ་ལྷན་ལ་དག་གིས་མཆོད་  
པ་བྱས་པ་གང་ཡིན་པའི་ལས་དེའི་རྣམ་པར་སྦྱོན་པས་ནི་ད་ལྟར་མིག་ལྷན་ལ་འབྲེལ་བ། ལྷན་  
ལའི་བྱི་དང་ལྟན་པ། ལྷན་ལའི་ཟུ་འབྱུང་མདོག་འབྲེལ་བར་གྱུར་ཏོ། །བདག་གིས་ཡོན་

གནས་ཡང་དག་པར་གྱུར་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་མཆོད་པ་བྱས་པ་གང་ཡིན་པའི་དགོ་བའི་ཅ་བ་  
འདིས་བདག་སྒྲིམ་པ་དག་གིས་ཐོངས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་། འདི་བས་ཆེས་ཁྱད་པར་  
དུ་འཕགས་པའི་སྟོན་པ་མཉེས་པར་བྱེད་ཅིང་ཐུགས་བྱུང་བར་མི་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ནུས་  
པ་དེ་ལྟ་བུ་དག་གྱུར་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྟོན་ལམ་བཟུང་བ་དེས་ནི་སྒྲིམ་པ་དག་གིས་  
ཐོངས་པ་མེད་པར་གྱུར་ཅིང་། ངའི་བསྟན་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་  
སྤངས་པས་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ཤིང་། འདིས་རང་སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་  
ཐག་འབྲུམ་བས་ཆེས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྟོན་པ་ང་མཉེས་པར་བྱས་ཤིང་ཐུགས་  
བྱུང་བར་མ་བྱས་སོ། །

ཉན་ཐོས་མ་རྩུབ་ཆེ་བ། མཐུ་ཆེ་བ་ནུས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ནི་སྟོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་ཉེ་གང་དུ་སྟོན་ལམ་བཟུང་ཅི་ན། དགོ་སྟོང་དག་སྟོན་བྱུང་བ་  
བསྐྱལ་པ་ཆེན་པོ་བཟང་པོ་འདི་ཉིད་ལ་སྒྲིཊ་དགའི་ཆེ་ལོ་ཉི་མེ་ཐུབ་པ་ན་སྟོན་པ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིགས་པ་དང་ཞབས་སུ་  
ལྡན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པ་འདིག་ཉེན་མཁྱེན་པ། སྒྲིམ་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་སྒྱུར་བ། ལྷ་  
ན་མེད་པ། ལྟ་དང་མི་ནུས་ཀྱི་སྟོན་པ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་འོད་སྤྲུང་འདིག་  
ཉེན་དུ་བྱུང་སྟེ། དེ་ལྟ་རྒྱ་ཁྱེད་སྟོན་པ་རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་ན་ཉེ་བར་ཉེན་ཅིང་  
བཞུགས་སོ། །

དེའི་བསྟན་པ་ལ་འདི་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་དགོ་སྟོང་མ་གང་གིས་དེ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་  
དགོ་སྟོང་མ་དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་སྤྲུང་གིས་  
ཉན་ཐོས་མ་རྩུབ་ཆེ་བ། མཐུ་ཆེ་བ་ནུས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་བསྟན་ཏོ། །དེ་ན་འདིས་ཆེ་རི་  
སྟོན་པར་ཆངས་པར་སྟོད་པ་སྟོད་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་འགའ་ཡང་མ་ཐོབ་ནས། དེའི་འོག་  
ཏུ་འཆི་བའི་ཆེ་སྟོན་ལམ་འདི་སྤྱད་ཅེས་བདག་གིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོན་གནས་ལྷ་ན་མེད་པ་འོད་སྤྲུང་ལ་ཆེ་རི་སྟོན་

པར་ཆངས་པར་སྟོད་པ་སྟོད་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་འགའ་ཅ་བ་ཡང་མ་ཐོབ་སྟེ། བདག་གིས་ཆེ་ཁྱིད་བར་ཆངས་པར་སྟོད་པ་སྟོད་པའི་དགེ་བའི་ཅ་འདིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གིས་བྲམ་ཟེའི་ཁྱེུ་མ་ལ་བྲམ་ཟེའི་ཁྱེུ་ཁྱོད་མ་འོངས་པའི་དུས་ན་སྐྱེ་དགའི་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་པ་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྷན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པ། འདིག་རྟེན་མཁྱེན་པ། སྐྱེས་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་སྦྱར་བ། མ་ན་མེད་པ། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཤུག་ཐུབ་པ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་དེའི་བསྟན་པ་ལ་བདག་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པས་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་མཛོད་དུ་བྱེད་ཅིང་རི་ལྷར་མཁན་ལོ་འདི་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གིས་ཉན་ཐོས་མ་རྩུ་འབྲུལ་ཆེ་བ། མཐུ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་གྱང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཤུག་ཐུབ་པ། ཤུག་མེད་གེ། ཤུག་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་གཙོ་བོ་དེས་ཉན་ཐོས་མ་རྩུ་འབྲུལ་ཆེ་བ། མཐུ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་བསྟན་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་གདབ་པར་བཅམས་པས་སྟོན་ལམ་དེའི་དབང་གིས་ད་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཉན་ཐོས་མ་རྩུ་འབྲུལ་ཆེ་བ། མཐུ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་བསྟན་ཏོ།།







བ་དེའི་བྱ་མོ་ཟུང་བ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་བཟང་ཞིང་ལྷ་ན་སྤྲུག་ལ་མཛེས་བ་ཡན་ལག་  
དང་ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པ། ལང་ཆོ་དང་ནད་མེད་པའི་རྒྱགས་བས་བྲེགས་བ་  
ཞིག་ཡོད་དེ། དེ་གང་གི་ཆེ་ལྷན་མོ་བའི་ནད་དུ་འོང་བ་དེའི་ཆེ། ལྷན་མོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
ཡིད་སློན་བྱེད་ཅིང་ལྷ་བར་བྱེད་དེ། གང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤས་རྒྱུང་བ་དེ་དག་གི་འང་ཡིད་  
འཕྲོག་པར་བྱེད་དོ། །དེར་གང་གི་ཆེ་དུས་སྟོན་བྱུང་བ་དེའི་ཆེ་རྟོགས་བྱེད་ལ་སོགས་བ་  
སྟོན་བ་དུག་ཀྱང་འོང་དོ། །

དེ་ནས་བྱ་མོ་ཟུང་བ་ལས་སྐྱེ་བོ་མང་བོ་ལ་སྤྲས་པ། གྱེ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་གྱི་གྲོང་  
ཁྱེར་ན་མིར་གྱུར་པའི་ནང་ན་བདག་དང་བྱད་གཟུགས་ཀྱིས་མཉམ་བའམ། བྱད་པར་དུ་  
འཕགས་པ་དེ་ལྷ་བྱ་འགའ་ལྟ་ཡོད་དམ། སྐྱེ་བོ་མང་བོས་སྤྲས་པ། དགོ་སྤྱོད་གོ་ཏེ་མ་འཁོར་  
དང་བཅས་པ་ཡོད་དོ། །ཟུང་བ་ལས་སྤྲས་པ། ཅི་དེ་མི་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་ལྷ་ཡིན། སྐྱེ་བོ་  
མང་བོས་སྤྲས་པ། མི་ནི་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་ཆོག་དེ་  
ཐོས་ནས་ཟུང་བ་ལ་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཐད་དུ་སོང་  
དོ། །སོང་ནས་ཀྱང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་ལྷུང་འདུག་སྟེ། གང་བྱེད་ཅིང་སྤྱུ་ལེན་ལ་  
རོལ་མོ་བྱེད་དོ། །བྱད་མེད་ཀྱི་མཆོན་མ་རྣམས་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་རྟགས་རྣམས་དང་།  
བྱད་མེད་ཀྱི་བརྟ་རྣམས་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་ཅེད་མོ་རྣམས་ཀྱང་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །དེར་  
དགོ་སྤྱོད་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་དེས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་པར་  
གྱུར་ཏོ། །

དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དགོ་སྤྱོད་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་  
གཏུལ་བ་དང་ཟུང་བ་ལའི་བྱད་གཟུགས་དང་ལང་ཆོས་རྒྱགས་བ་བསལ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་  
འབྱུལ་མངོན་པར་འདུ་མཛད་པ་གང་གིས་ཟུང་བ་ལ་གས་ཤིང་འཁོགས་པ་ལ་མགོ་སྐྱེ་བ་  
དང་སོ་སྟོ་ཞིང་ཕུམ་དགུ་པོ་ལྷུང་སྐྱུར་བར་འབྱུར་བ་དེ་ལྷ་བྱའི་རྒྱ་འབྱུལ་མངོན་པར་འདུ་  
མཛད་དོ། །དེ་ནས་དེ་ལྷུང་སྤྱུལ་པའི་མོད་ལ་ཟུང་བ་ལས་བདག་ཉིད་མི་སྤྲུག་པར་མཛོང་

ནས་བྱད་གཟུགས་དང་ཡང་ཆོས་རྒྱགས་པ་དེ་མེད་པར་གྱུར་རྟོ། །དགེ་སྦྱོང་འདོད་ཆགས་  
ཀྱི་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྦྱོར་བར་གྱུར་རྟོ། །དེ་ནས་ཟུད་པ་ལ་རྒྱགས་པ་མེད་པར་གྱུར་  
ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྲག་འཆའ་རྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་  
གསོལ་བ་བཏབ་པ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བདག་ཅི་ནས་རྣལ་ཅན་གྱི་ལུས་འདི་ལས་  
ཆོགས་རྩུང་དུས་ཡོངས་སུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་བསྟན་དུ་གསོལ། དེ་ནས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཟུད་པ་ལ་དང་དགེ་སྦྱོང་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་དེ་དག་གི་  
བསམ་བློ་དང་བག་ལ་ཉལ་དང་ཁམས་དང་རང་བཞིན་སྤྲུགས་སུ་རྩུང་ནས། འཕགས་པའི་  
བདེན་པ་བཞི་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་བསྟན་རྟེ། དེ་ཐོས་ནས་ཁ་ཅིག་གིས་ནི་  
འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བུའི་རིའི་ཅེ་མོ་མཐོན་པོ་ཉི་ཤུ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེས་བཅོམ་ནས་རྒྱན་དུ་  
ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བའི་  
འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཕྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་  
དུ་བྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་དག་  
བཅོམ་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་སོ། །ཟུད་པ་ལ་ཡང་དད་པ་རྟེན་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ཀྱི་ཐད་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ། དེས་བཙོན་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་དང་། འབད་པས་སོལ་མིག་ལྟ་  
པའི་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་འདི་ཉིད་གཡོ་ཞིང་མི་བརྟན་པར་རིག་ནས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་སྟེ་ལ་བ་དང་། ལྷུང་བ་དང་། རྣམ་པར་འཛོར་བ་དང་། རྣམ་པར་འཛིག་པའི་ཆོས་  
ཅན་ཡིན་པར་རྩད་ཆོད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས། དག་བཅོམ་པ་ཉིད་  
མངོན་སུམ་དུ་བྱས་རྟེ། དེ་དག་བཅོམ་པ་ཁམས་གསུམ་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་  
གྱུར་ནས། གསེར་དང་བོང་བར་མཉམ་པ། རྣམ་མཁའ་དང་ལག་མཐེལ་དུ་མཉམ་པའི་  
སེམས་དང་ལྡན་པ། ཅན་དན་སྤངས་པ་ལྟ་བུར་བསེལ་བར་གྱུར་པ། རིག་པས་སྒྲོ་ངའི་  
སྤྲུགས་བཅོམ་པ། རིག་པ་དང་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ཐོབ་པ་  
སྟེད་པའི་རྟེན་པ་དང་། ཆགས་པ་དང་། བཀྱར་སྟེ་ལ་མི་ལྟ་བུ་དང་། དབང་སོ་དང་། ཉེ་

དབང་དང་བཅས་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་ཅིང་རྗེད་པ་དང་གྲུས་པར་སྦྱ་བའི་གནས་སུ་  
གྱུར་ཏོ། །

རྫོས་གར་མཁན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྦྱོར་བར་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པ་  
ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་སོ། །དེ་ནས་དགེ་སྦྱོང་དག་  
ཐེ་ཆོམ་སྦྱིས་ཏེ། ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཞུས་པ།  
བཙུན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རྫོས་གར་མཁན་གྱི་བུ་མོ་ཟུད་པ་ལ་བྱད་གཟུགས་དང་  
ལང་ཆོམ་རྒྱགས་པ་ལས་ཀྱ་བས་སྦྱོར་བར་མངོན་ནས། གཞའ་གསང་གི་མཐར་ཐུག་པ་ཐུ་  
ངན་ལས་འདས་པའི་བར་དག་དུ་བཞག་པ་ནི་ངོ་མཆོང་ལགས་སོ། །

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། དགེ་སྦྱོང་དག་ད་ལྟར་ང་འདོད་ཆགས་  
དང་བཅས་པ། ཞེ་སྤང་དང་བཅས་པ། གཉི་ལྷག་དང་བཅས་པ། སྦྱི་བ་དང་། ཀྱ་བ་དང་། ཉ་བ་  
དང་། འཆི་བ་དང་། ཐུ་ངན་དང་། སྦྱེ་སྤྲུགས་འདོན་པ་དང་། སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡིད་མི་  
བདེ་བ་དང་། འཇུག་པ་རྣམས་ལས་ཡོངས་སུ་གྲོལ་བ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ། རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་མཐེན་པ། ཡེ་ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་ཐོབ་ཐོབ་པའི་ཆོ། བུ་མོ་  
ཟུད་པ་ལ་བྱད་གཟུགས་དང་། ལང་ཆོམ་རྒྱགས་པས་བྲེགས་པ་ལས་ཀྱ་བས་སྦྱོར་བར་བྱས་  
ནས། གཞའ་གསང་གི་མཐར་ཐུག་པ་ཐུ་ངན་ལས་འདས་པའི་བར་དུ་བཞག་པ་འདི་ལྟ་ལ་  
ངོ་མཆོང་ཆེ་བ་ཅི་ཡོད་དེ། འདས་པའི་དུས་ན་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ། ཞེ་སྤང་དང་  
བཅས་པ། གཉི་ལྷག་དང་བཅས་པ། སྦྱི་བ་དང་། ཀྱ་བ་དང་། ཉ་བ་དང་། འཆི་བ་དང་། ཐུ་  
ངན་དང་། སྦྱེ་སྤྲུགས་འདོན་པ་དང་། སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། འཇུག་པ་  
རྣམས་ལས་ཡོངས་སུ་མ་གྲོལ་བ་ན་ཡང་ངས་བུ་མོ་ཟུད་པ་ལ་ཀྱ་བས་སྦྱོར་བར་བྱས་ནས།  
བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་གནས་ལྟ་ལ་བཞག་པ་དེ་ལེགས་པར་རབ་དུ་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་  
དང་ངས་བཤད་དོ། །

དགེ་སློང་དག་སྟོན་བྱང་བ་འདས་པའི་དུས་ན་གྲོང་ཁྱིམ་ཐ་ཇ་སྤེན་རྒྱལ་པོ་  
ཆངས་པས་བྱིན་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་རྒྱལ་པོ་བྱེད་དེ། དེའི་རིང་ལ་འབྱོར་བ་དང་། རྒྱས་བ་དང་།  
བདེ་བ་དང་། ལོ་ལེགས་བ་དང་། སྦྲི་བོ་དང་། མི་མང་པོས་གང་བ་དང་། ཚྱུང་བ་དང་།  
འཐབ་བ་ཞི་བ་དང་། འཁྲུག་བ་དང་། རྒྱང་འཁྲུག་དང་། ཆོམ་རྒྱན་དང་། ལྷ་གི་དང་། རྒྱང་  
རྣམས་མེད་བ་དང་། འབྲས་སྤུ་ལུ་དང་། བྱ་རམ་ཤིང་དང་། བ་ལང་དང་། མ་ཉེ་དང་ལྷན་  
པར་འདུག་སྟེ། གཞོན་པ་མེད་ཅིང་ཆོར་མ་དུག་གས་ལ་བྱ་བ་གཅིག་པ་ལ་བྱ་བ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་  
སྤྱིད་བསྐྱངས་སོ། །དེ་ནས་དེ་ཞིག་ན་རྒྱལ་པོ་དེ་བཅུན་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཅེ་ཞིང་དགའ་ལ་  
དགའ་མགུར་སྟོན་དོ། །དེ་ཅེ་ཞིང་དགའ་ལ་དགའ་མགུར་སྟོན་པ་ལས་བྱིས་བཅུན་མོ་ལ་བྱ་  
ཆགས་ནས། དེ་ཆོ་བ་བརྒྱད་དམ་དགུ་ལོན་བ་དང་བྱ་བྱང་སྟེ། ཁྱེད་གཞུགས་བཟང་ཞིང་ལྷ་  
ན་སྤྱག་ལ་མཛེས་པ་མདོག་བཟང་བ། གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ཅན་མགོ་བོ་གཞུགས་ལྷར་འདུག་  
པ། ལག་པ་རིང་བ། དབྲལ་བའི་དབྱེས་ཆེ་བ། ལྷ་མཐོ་བ། ལྷ་ལེགས་པ། སྤྱིན་མ་སྤྱག་པ།  
ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བཅས་སོ། །

དེ་ནས་དེ་བཅས་པའི་བཅས་སྟོན་བྱས་ནས་ཁྱེད་འདྲིའི་མིང་ཇི་སྟངས་གདགས་ཞེས་  
མིང་འདོགས་པར་བྱེད་དེ་ཉེ་དུ་རྣམས་ན་དེ་འདྲིའི་ཡབ་ཡུལ་ཀ་ཤིའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ལ། འདི་  
ཡང་གཞུགས་བཟང་ཞིང་ལྷ་ན་སྤྱག་ལ་མཛེས་པས་ན། དེའི་བྱིར་ཁྱེད་འདྲིའི་མིང་ཀ་ཤི་  
མཛེས་ལྷན་ཞེས་གདགས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནས་ཁྱེད་ཀ་ཤི་མཛེས་ལྷན་པར་ན་འཆོ་  
བའི་མ་མ་གཉིས་དང་། ལུ་མ་སྤྱན་པའི་མ་མ་གཉིས་དང་། ཇི་མ་འཁྲུ་བའི་མ་མ་གཉིས་  
དང་། ཅེ་བའི་མ་མ་གཉིས་ཏེ། མ་མ་བརྒྱད་ལ་གཏད་ནས། དེ་མ་མ་བརྒྱད་གྱིས་འོ་མ་དང་།  
ཞོ་དང་། མར་དང་། ལྷན་མར་དང་། མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་དང་། གཞན་ཡང་ཡོ་བྱང་གྱི་ཁུ་པར་  
བཟང་ངོ་ཅོག་གིས་བསྐྱེད་བསྐྱིངས་ཏེ། མཆོའི་ནང་གི་བད་མ་བཞིན་དུ་སྦྲེ་བྲག་པར་གྱུར་  
ཏོ། །

དེ་ནས་གང་གི་ཆེ་དེ་ཆེར་སྐྱེས་པ་དེའི་ཆེ་རྒྱལ་ཆབ་ཏུ་དབང་བསྐྱར་རྟོ། །དེ་ནས་  
དེས་རྒྱལ་པོ་བྱེད་པ་ན། ཉེས་པ་དུ་མ་དང་ལྡན་ཞིང་གཞོན་པ་དུ་མའི་ཙ་བ་ཡིན་པར་རིག་  
ནས་བྱང་སྲོང་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ངོ་། །དེ་ཡང་གངས་ཀྱི་སྤལ་ཞིག་ན་གནས་ཏེ།  
འབྲས་བུ་དང་། ཙ་བ་དང་། རྩམ་འཆོ་ཞིང་རི་དྲགས་ཀྱི་གཡང་གཞི་དང་ཤིང་ལྟན་གྱོན་ལ་  
མའི་སྤྱན་སྟེག་བྱེད་ངོ་། །ཕྱིས་རེ་ཞིག་ན་འབྲས་བུ་དང་ཙ་བའི་ཕྱར་རིའི་སྤལ་ཞིག་ཏུ་སྤང་  
བ་དང་། རེ་ཞིག་ན་དར་མི་འཕ་ཅིའི་བུ་མོ་ཞིག་གིས་བྱང་སྲོང་གཞོན་ཏུ་དེ་མཐོང་ནས་  
ཆགས་པར་གྱུར་ཏེ། གར་བྱེད་ཅིང་སྤྱ་ལེན་ལ་རོལ་མོ་བྱེད་ངོ་། །བྱད་མེད་ཀྱི་མཆོན་མ་  
རྣམས་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་རྟགས་རྣམས་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་བན་རྣམས་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་  
ཅེད་མོ་རྣམས་ཀྱང་སྟོན་པར་བྱེད་ངོ་། །

དེ་ནས་རེ་ཞིག་ན་བྱང་སྲོང་ཀ་ཤི་མངེས་ལྡན་གྱིས་བུ་མོ་དེ་ལ་ཆོས་བཤད་དེ་ཆེ་  
ཞེ་ཁྱོད་ཀས་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་ང་རོ་དང་པོ་ནི་སྤྲུལ་ཅིང་མཉེན་ལ་མཐུག་ནི་ར་ར་པོར་གྱུར་རྟོ་ཞེས་  
བྱས་སོ། །དེ་ནས་དེས་ཆོས་དེ་ལྟ་བུ་བསྟན་ཏེ། དེ་ཐོས་ནས་མི་འཕ་ཅིའི་བུ་མོའི་བྱད་  
གཟུགས་ཀྱིས་རྒྱགས་པ་མེད་པར་གྱུར་རྟོ། །དེ་ནས་དེ་དང་པ་སྐྱེས་ནས་སྟོན་ལས་བཏབ་  
པ། གང་གི་ཆེ་ཁྱོད་སྤྱ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མངོན་པར་རྫོགས་  
པར་འཆང་རྒྱ་བ་དེའི་ཆེ། བདག་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོབ་མར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྱས་སོ། །བཙུག་ལྷན་  
འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་པ། དགེ་སྟོང་དག་རི་སྤྲུལ་དུ་སེམས། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ན་བྱང་སྲོང་  
གཞོན་ཏུར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ང་ཡིན་ནོ། །མི་འཕ་ཅིའི་བུ་མོ་དེ་ནི་ཟུད་པ་ལ་འདི་  
ཉིད་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་བཙུག་ལྷན་འདས་ལ་དགེ་སྟོང་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱུས་པ་བཅུན་པ་ཟུད་པ་ལས་  
ལས་གང་དག་བཀྱིས་ན་དེས་གཟུགས་བཟང་ཞིང་ལྟ་བུ་སྤྲུག་ལ་མངེས་པར་གྱུར་ལགས།  
ལས་གང་དག་བཀྱིས་ན་དེས་དག་བཙུག་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བཀྱིས་ལགས། བཙུག་ལྷན་  
འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་པ། དགེ་སྟོང་དག་ཟུད་པ་ལ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་ཆེ་རབས་གཞན་དག་

ཏུ་ཆོག་གས་རྗེ་ད་ཅིང་རྒྱུ་བ་པ་དང་ལྷན་ཏེ། དབང་ཆ་ལ་བཞིན་དུ་བྱང་ལ་གདོན་མི་ཟ་བར་  
 རོང་བའི་ལས་དེ་དག་བྱས་ཤིང་བསགས་པས་ན། ཟུད་པ་ལ་ཉིད་གྱིས་ལས་བྱས་ཤིང་  
 བསགས་པ་དེ་དག་གཞན་སུ་ཞིག་གིས་ཉམས་སུ་སྤོང་བར་འགྱུར་ཏེ། དག་སྤོང་དག་ལས་  
 བྱས་ཤིང་བསགས་པ་རྣམས་ནི་སྤྱི་རྩལ་གྱི་སའི་ཁམས་ལ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པར་མི་འགྱུར།  
 རྒྱུ་འབྱུང་ཁམས་དང་། མའི་ཁམས་དང་། རྒྱུད་གྱི་ཁམས་ལ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 ལས་དག་པོ་བ་དང་ལས་མི་དག་པོ་བ་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་རྣམས་ནི་ཟེན་པའི་ཕྱང་པོ་དང་།  
 ཁམས་དང་། སྤྱི་མཆེད་རྣམས་འབང་ཞིག་ལ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པར་འགྱུར་པོ། །

ལྷ་ས་ཅན་དག་གི་ལས་རྣམས་ནི། །བསྐྱེད་པ་བསྐྱུར་ཡང་ཆུད་མི་བ། །

ཆོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབ་པ་ན། །འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་སྒྲིན་པར་འགྱུར། །

དགེ་སྤྲོད་དག་སྟོན་བྱུང་བ་འདས་པའི་རུས་ན། བསྐྱལ་བ་མཐར་ཐོ་འདི་ཉིད་ལ་སྟེ་དགྲའི་ཆེ་  
ལོ་བཞི་ཁྱི་ཐུབ་པ་ན། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྷན་  
པ། བདེ་བར་གཤེགས་པ། འཛིག་རྟེན་མཁའི་བ། སྟེས་བྱ་གདུལ་བྱའི་ཁ་ལོ་སྦྱར་བ། ཟ་ན་  
མེད་པ། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་འཁོར་བ་འཛིག་ཅེས་  
བྱ་བ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱུང་སྟེ། དེ་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་མངོས་ལྷན་ན་རྟེན་ཅིང་བཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་རེ་ཞིག་ན་སྟོ་ཕྱགས་ནས་རྫོས་གར་མཁན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཞིག་འོངས་  
 མོ། །དེར་གར་གི་ཆེ་རྒྱལ་པོ་མཛེས་པ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བདེན་པ་མཐོང་བར་  
 མཛད་པ་དེའི་ཆེ། རྫོས་གར་མཁན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ལ་བསྟོན་པ། རའི་དེ་དག་གིས་མཐུན་ཏུ་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྫོས་གར་གྱི་གར་ཐབས་བྱས་ཤིག་ཅེས་བྱས་ནས། རྒྱལ་པོ་དེའི་བཀའ་བྱི་  
 བོས་མཐོས་ཏེ། ལྷ་བཀའ་བཞིན་འཁོལ་ལོ་ཞེས་བྱས་མོ། །དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྫོས་  
 གར་ཐུར་ཏེ་ཡེགས་པར་ཐུངས་ནས། རྒྱལ་པོའི་སྟོན་པོའི་ཆོགས་དང་བཅས་པའི་མཐུན་ཏུ་  
 རྫོས་གར་གྱི་གར་ཐབས་བྱས་མོ། །དེ་ནས་དེར་རྫོས་གར་མཁན་གྱི་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་  
 ཉིད་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆ་ལུགས་ཀྱིས་ནང་དུ་འོངས་མོ། །རྫོས་གར་མཁན་གཞན་རྣམས་

ནི་དག་སྤྲོད་གི་ཆ་ལུགས་ཀྱིས་ནང་དུ་འོངས་སོ། །དེ་ནས་བྱམ་པོ་དག་འཛིང་མགུ་ལ་རབ་  
ཏུ་དག་འཛུགས། རྫོས་གར་མཁན་གྱི་སྤོབ་དཔོན་ལ་སོགས་པ་རྫོས་གར་མཁན་གྱི་ཆོགས་  
རྣམས་ལ་འོར་གྱི་ཕུང་པོ་ཆེན་པོ་བྱིན་ནོ། །

དེ་ནས་དེ་དག་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་དད་པ་ཉིད་ནས། སྤྱིན་པ་དང་།  
རབ་ཏུ་སྤྱིན་པ་དག་བྱིན་ནས་ཡང་དག་པའི་སྤོན་ལམ་བཏབ་པ། དག་པའི་ཅ་བ་དང་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་སྤྱིན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཡོངས་སུ་གཏོང་བ་འདིས་ན། བདག་ཅག་གྲང་  
མ་འོངས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་མཉེས་པར་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག །མི་མཉེས་པར་བྱེད་པར་  
མ་གྱུར་ཅིག་ཅས་བྱས་སོ། །དག་སྤྲོད་དག་རི་སྟུང་དུ་སེམས། རྫོས་གར་མཁན་གང་ཡིན་  
པ་དེ་དག་ནི་མུད་པ་ལ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་གིས་དེར་སྤོན་ལམ་བཏབ་  
པ་དེས་ནི་ད་ལྟར་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་བྱས་སོ། །དག་སྤྲོད་དག་དེ་ལྟར་ན་  
ལས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་གནག་པ་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་ཡང་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་  
གནག་པར་འགྱུར་རོ། །ལས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་དཀར་པ་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་ཡང་  
གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་དཀར་པར་འགྱུར་རོ། །ལས་འབྲེན་མ་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་ཡང་  
འབྲེན་མར་འགྱུར་རོ། །དག་སྤྲོད་དག་དེ་བས་ན། ལས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་གནག་པ་རྣམས་  
དང་ལས་འབྲེན་མ་རྣམས་སྤངས་ལ། ལས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་དཀར་པ་རྣམས་འབའ་ཞིག་  
ལ་གཏད་པར་བྱ་སྟེ། དག་སྤྲོད་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་  
ཀྱིས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་ནས་དག་སྤྲོད་དེ་དག་ཡི་རངས་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་  
གསུངས་པ་ལ་མཛོན་པར་བསྟོད་དོ། །



༡༡། །དགེ་སྤྲོད་མ་ལྷན་པ་ལ་ཉི་མདོག་ཅན་གྱིས་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་  
སྐར་ནས་ཁྱིམ་ན་གནས་པ་ཉི་ལྷག་བཅུ་ལ་རྒྱ་ཆེར་བཏུན་ཏེ་  
བྱད་མེད་ལྡ་བརྒྱ་འབྲས་བྱ་ལ་བཀོད་ཚུལ།

།ཐབས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱལ་ཤིན་ལམ་བསལ་བའི་མདོ་ལས་བུས།<sup>1</sup>།

དེའི་ཆེ་རྒྱལ་པོ་བེད་རྒྱུ་ཡུལ་སེར་སྤྱ་པའ་ནས་ཤྲག་རིགས་ཀྱི་བྱ་རྣམས་མེད་པར་བྱས་  
པའི་འོག་ཏུ་ཤྲག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་བཟང་མོ་ཅི་ལ་ཡང་མཁས་པ་གཞན་བས་ལྷག་པ་ལྡ་བརྒྱ་  
ཞིག་གདམས་ནས་བྱ་མོ་ལྡ་བརྒྱས་སྒྲོར་ཏེ། རོལ་མོ་བྱས་ནས་ཕྱིར་བདག་གི་ཡུལ་ཏུ་  
འོངས་ཏེ། བཅུན་མོ་དང་སྤྲས་རྣམས་བཅས་སུ་པོ་བྱང་ཏུ་འདུས་ཆོགས་ནས་སྤྱིལ་མོ་གྱང་  
བཅས་ཏེ་འདུག་ལོ། །གདན་ལ་འདུག་ནས་བདག་སྤྱིད་དོ་ལེགས་མོ་ཞེས་སྤྲས་མོ། །དེ་ནས་  
ཤྲག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་བེད་རྒྱུ་ལ་ཁྱིད་ཅིས་སྤྱིད་ཅིས་སྤྲས་མོ། །རྒྱལ་པོ་  
སྤྲས་པ། ཁོ་བོ་དག་ལས་རྒྱལ་བས་སྤྱིད་དོ། །བྱ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲས་པ། ཁྱིད་རྒྱལ་བ་མ་  
ཡིན་ནོ། །རི་སྤྱོད་རྒྱལ་པོའི་དམག་རྣམ་བཞི་ཀུན་ལོག་ན་ཡང་ཤྲག་རིགས་ཀྱི་བྱ་གཅིག་ལས་  
མི་སྤྱབ་པོ། །བདག་ཅག་ཤྲག་རིགས་ཀྱི་མི་རྣམས་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་སྒོ་བ་མར་གྱུར་ཏེ། ཅི་ལ་  
ཡང་བཏོད་པ་མེད་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་བར་ཟད་དོ། །

གཤམ་ཏེ་རན་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཁྱིད་སྤྱ་ཕྱི་ལན་གསུམ་བཞིའི་བར་ཏུ་ཡུལ་སེར་  
སྤྱར་དམག་རྣམ་བཞི་བྱངས་པ་ན་རྟག་ཏུ་པམ་པར་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཁྱིད་ཐོག་མ་

<sup>1</sup> བཀའ་འཁྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། མདོ་སྤྱོད། །ཨ་ཨ་། དེབ་ཨང་ ༡༤ བ། གྱང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྤྲན་ཁང་། ༢༠༠༤ ལོ།  
ལོག་ ༢༥༠ པ་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྤྲེལ་ཆེན་མ་དག་གི་རྣམ་ཐར་པ་བསྒྲིག་དཀར་པོའི་ཕྱིང་བ། །༢༡། བོད་སྤྲོད་པོད་  
ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་སྤྲན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ལོག་གངས་ ༡༤ ལས་ ༤༡ བར་བཞུགས་པ་ལས་བུས་པའོ།

དཔག་བྲངས་པའི་ཆེ་ལྷན་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཆམས་འདི་སྐད་ཟེར་རོ། །རྒྱལ་པོ་བེད་ཅུ་ཁྱེལ་མེད་  
པ་རྩིན་མི་ཤེས་པར་གཞོན་པ་བྱེད་དུ་འོང་བ་དེ་དང་གཞོན་པ་འབྱེད་པར་གྱུར་ན་མཐུངས་  
ངན་གྱི་བྱེ་བྲག་གང་ཡང་མེད་དཀར་ནག་གྱང་མི་མངོན་གྱིས། བདག་ཅག་གིས་སྐྱག་པ་  
ཙམ་བྱས་ཏེ་ཕྱིར་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་གྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་དམ་བཅས་སོ། །བདག་  
ཅག་གིས་མདའ་ཅིག་ཅར་འཕངས་ལ་པ་རོལ་ལ་སྐྱས་ཤིང་གཞོན་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་དཔག་  
ཆམ་བཞི་བཤམས་ནས་རྒྱང་གྲགས་བཞི་བཅུའི་མདུན་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་དཔག་བསམ་ནས་ཀུན་  
གྱིས་མདའ་འཕངས་ན་མདའི་རྒྱན་མ་ཆད་དེ། རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་སྐྱག་ནས་ཕྱིར་མ་ལོག་གམ།  
དེ་ནས་ཡང་ཞག་དགུ་བཅུ་ལོན་པའི་འོག་དུ་ཕྱིར་དཔག་ཆམ་བཞི་བྲངས་ནས་ལྷན་རིགས་  
ལ་བྲངས་ཏེ་བརྒྱལ་བ་ན། དེའི་ཆེ་ལྷན་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཆམས་འདི་སྐད་ཅེས་བསྐྱོས་  
སོ། །རྒྱལ་པོ་བེད་ཅུ་སྤྱི་གཤམ་ཅན་ཁྱེལ་དང་ངོ་ཆ་མི་ཤེས་པ་ད་ཡང་བདག་ཅག་ལ་གཞོན་པ་  
བྱེད་དུ་འོངས་པས་བདག་ཅག་ལྷན་རིགས་ཆམས་གྱིས་འདི་ལྟར་དམ་བཅའོ། །དག་དེ་  
དག་ལ་བདག་གིས་ཅིག་ཅར་མདའ་འཕངས་ལ་དེ་དག་གི་ལུས་ལ་གཞོན་པར་མི་འགྱུར་  
བར་དེའི་ལ་ལ་ད་ཀྱི་རྒྱན་ཀུན་བཅད་དེ། ཁྱབ་གྱི་ས་ལ་སྐྱགས་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་བཅའ་  
ནས་ལྷན་རིགས་ཀུན་གྱིས་མདའ་འཕངས་ནས་ཁྱབ་གྱི་རྒྱན་ཀུན་བཅད་དེ་སྐྱོན་མོར་  
བཞག་གོ། །

[illegible]

འདུག་པས་ཤྲག་རིགས་ནམས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྲེལ་སྟོ། །དེ་མི་བདེ་བ་བྱུང་བཞིན་དུ་ཅིའི་  
ཕྱིར་མི་ཁོལ་བར་སྟོན་ཅེས་སྤྲེལ་བ་དང་། ཤྲག་རིགས་ནམས་ཀྱིས་སྤྲེལ་བ། བདག་ཅག་ནི་  
ཅི་ལ་ཡང་བཏོད་བ་མེད་དེ། གལ་ཏེ་འདི་དང་བཏོད་པར་གྱུར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟོབ་མར་  
མི་རུང་ངོ་ཞེས་སྤྲེལ་སྟོ། །

དེ་ནས་བྲམ་ཟེ་དེ་དག་གིས་སྤྲེལ་བ་ལ་མ་རངས་ཏེ། གཅིག་སྤྱ་ཤྲག་རིགས་ཀྱི་  
མདུན་དུ་འཕགས་ནས་རྒྱལ་པོ་བེད་ཅུའི་དམག་ལ་བརྒྱལ་ཏེ་མདའ་གཅིག་འཕངས་པས་མི་  
བདུན་བདུན་མས་བར་བྲས་པས་རིང་པོ་མི་ཐོགས་པར་མས་བ་དང་ཤི་བ་མང་བར་གྱུར་ཏེ།  
རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་དམག་ནམ་བཞི་དང་ཕྱིར་མ་ལོག་གས། དམག་ཕྱིར་ལོག་པའི་འོག་དུ་ཤྲག་  
རིགས་ནམས་འདི་སྤྲེལ་དུ་སེམས་པར་གྱུར་ཏོ། །བདག་ཅག་ནམས་བྲམ་ཟེ་འདི་དང་ལྟན་  
ཅིག་འདུག་ཅིང་འཁྲོགས་པའི་མི་རིགས་སོ་སྤྲེལ་བསམས་ནས་ཤྲག་རིགས་ནམས་འདུས་  
ནས་བྲམ་ཟེ་ཡུལ་དེ་ནས་བསྐྱད་དོ། །བྲམ་ཟེ་དེ་བསྐྱད་པའི་འོག་དུ་ཡང་རྒྱལ་པོས་དམག་  
ནམ་བཞི་བངས་ནས་ཡུལ་སེར་སྤྱ་པབ་ནས་རྒྱལ་བར་བྲས་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་བེད་ཅུ་སྤྲོངས་ཏེ་ངོ་ཆ་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་རིགས་ངན་པའི་ཤན་  
པ་བཀུག་ན། ཤྲག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ནམས་ཀྱང་པ་དང་ལག་པ་གཏུབས་ལ་སྤྲ་དང་ན་བ་  
བཅད་དེ་ཤིང་ཉམ་བསྐྱས་ནས་དུར་ཁྱོད་དུ་བོར་དོ། །དེའི་ཆེ་ཤྲག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ནམས་  
ཀྱང་ལག་བཅས་ནས་ས་ལ་འབྲེ་ཞིང་སྤྱག་བསྐྱལ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་བར་གྱུར་ནས་སྟོག་ལ་བབ་  
སོ། །དེའི་ཆེ་ཤྲག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ནམས་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་གདུངས་པས་ལ་ལ་ནི་པ་མ་  
དང་མིང་པོ་དང་སྤྱ་བྱ་མོའི་མིང་ནས་འབོད། ལ་ལ་ནི་གནམ་འབོད། ལ་ལ་ནི་ས་འབོད། ལ་  
ལ་ནི་རབ་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་བར་འབོད་པར་གྱུར་ཏོ། །དེའི་ནང་ན་ཤྲག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་  
མཆོག་དུ་གྱུར་པ་གཅིག་གིས་བྱ་མོ་ནམས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྲེལ་སྟོ། །སྤྱ་བྱ་མོ་དག་འདི་  
ལྟར་རིག་པར་གྱིས་ཤིག་བདག་གིས་སྟོན་སངས་རྒྱས་ལས་འདི་ལྟར་ཐོས་སོ། །གང་ཞིག་  
ཐོངས་ཤིང་ཉམ་ཐག་པར་གྱུར་པ་ན་སེམས་ཅེ་གཅིག་དུ་སངས་རྒྱས་ཡིད་ལ་བྲས་ཏེ་

མཆོན་ནས་བཞོན་ལ་སྟོག་སྟོགས་ན་བསམ་པ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་ཅིང་བདེ་བར་འགྱུར་རོ་  
ཞེས་ཐོས་སོ། །

དེ་ནས་ཤུག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ལྟ་བུར་རྣམས་སེམས་ཅེ་གཅིག་དུ་བརྟུན་ནས་  
མཐུན་པར་སངས་རྒྱས་ཤུག་བྱུང་བ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ལ་བྱག་འཆའ་ལོ་ཞེས་བཞོན་དེ། གྱེ་བྱུང་གྱེ་བྱུང་། ཨེ་མ་རེ་སྤྱག་། ཨེ་མ་རེ་སྤྱག་། བཅོམ་  
ལྷན་འདས་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཞེས་ཐོས་སོ། །དེ་སྐད་སྒྲས་མ་ཐག་དུ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཤུགས་ཀྱིས་སྙིང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྤྱན་  
སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྤྱན་ཆགས་ཏེ། སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྤྱན་ལས་ཆར་པ་བབ་ནས་ཆར་པའི་  
ཐེགས་པས་བྱ་མོའི་ལུས་ལ་ཐོག་གོ། ཆར་པས་ཐོག་མ་ཐག་དུ་བྱ་མོ་དེ་དག་གི་ལག་པ་  
དང་། ཀླུ་པ་ལ་ཐོགས་པ་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་སྤྲ་མཁོ་བཞིན་དུ་སོས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེའི་  
ཆེ་ཤུག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་རྣམས་རབ་དུ་དགའ་བར་གྱུར་ནས་ཐམས་ཅད་ཆོག་མཐུན་པར་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་བྱམས་པའི་པ་མ་དང་། ལྷ་ན་མེད་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་འཛིག་ཏེན་  
ཀྱི་སྤྲན་དམ་པའོ། །འཛིག་ཏེན་ཀྱི་སྤྲན་པའི་སྤྱན་ནོ། །ཁམས་གསུམ་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་  
ཐར་བར་མཛད་པའོ། །ཤིན་དུ་བདེ་བ་སྤྱོད་པའོ། །

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བདག་ཅག་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་གདུངས་པ་ལས་ཐར་བར་གྱུར་  
པས་བདག་ཅག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཁྲིན་བྲན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བཀའ་ཁྲིན་བསམ་པར་བྱ་ན་ཐབས་རིམ་བྱ་ཞིག་གིས་བཀའ་ཁྲིན་བསམ་པར་བྱ། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་སྤྱན་ནོ་དོ་རྗེའི་སྤྱན་ ཏུག་དུ་གནས་པའི་སྤྱན་ བཀྲེས་པ་དང་སྟོམ་པ་མེད་པའི་སྤྱན་  
གཟུགས་དམ་པའི་སྤྱན་ བསམ་གཏན་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། དབང་པོ་དང་། སྟོབས་  
དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བསམ་ཀྱིས་མི་བྲལ་པ་སྤྱན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྷན་  
པའོ། །མཆོན་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་དང་། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་ཡོངས་སུ་བརྒྱན་

པའོ། །ཡོངས་སུ་སྒྲ་དན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོ་ལ་གནས་ཤིང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
སྒྲ་གཅན་འཛིན་དང་འབྲ་བར་གཟེགས་སོ། །

དག་དང་གཉིན་ལ་ཡང་མཉམ་པར་གཟིགས་ཏེ་ལན་མི་རེ་བ་ཡིན་ན། ད་བདག་  
 ཅག་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་ངེན་བསམ་བར་བྱ་ན། བདག་ཅག་རབ་རྩ་བྱུང་སྟེ་ཚུལ་  
 ཁྲིམས་བསྐྱུངས་ལ་དམ་པའི་ཆོས་གཟུང་རོ་སྟུང་བསམས་ནས། ཆོས་གོས་དང་སྐྱུང་བཟེད་  
 བཅའ་ཏེ། དགོ་སྟོང་མའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་སོང་ནས་རབ་རྩ་འབྱུང་བར་གསོལ་ཏེ་དགོ་  
 སྟོང་མའི་གནས་སུ་ཕྱིན་ནས་དགོ་སྟོང་མ་དུག་སྟེ་དང་སྤར་སྤར་བར་གྱུར་ཏེ། དགོ་སྟོང་མ་  
 དུག་སྟེས་བདག་ཅག་ལ་འདི་སྒྲ་ཅེས་བསྟོའོ། །བྱ་མོ་ཁྱོད་རྣམས་གཞིན་ཞིང་ལང་ཆོའི་  
 དུས་ལ་བབ་ལ་བྱད་བཞིན་བཟང་ལ་སྟུག་ན་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་སྟུ་བྱ་གཏང་དཀའ་བ་གཏོང་བར་  
 སེམས་ཤིང་རབ་རྩ་འབྱུང་བར་སེམས། དེ་བས་ན་འཛིག་ཅིག་གྱི་འདོད་པ་ལྟ་ལས་ལོངས་  
 གྱུད་ན་མི་སྤྱིད་དམ། སྤྱིད་པ་སྟོང་ནས་ཆེ་ནར་ཕྱིན་ཏེ་རབ་རྩ་བྱུང་ན་མི་སྟེབས་སམ་ཞེས་  
 བསྟོའོ། །དུག་སྟེ་མ་རྣམས་གྱི་བསམས་པ། འདི་དག་རབ་རྩ་མ་བྱུང་ན་གཏོད་མི་ཟ་བར་  
 བདག་ཅག་གི་ཆོས་གོས་དང་། སྐྱུང་བཟེད་དང་། འདོད་པ་ཐམས་ཅད་དབུལ་བར་འགྱུར་  
 རོ་བསམས་ནས་ལྷག་རིགས་གྱི་བྱ་མོ་རྣམས་རབ་རྩ་འབྱུང་བའི་བཤེགས་བྱས་སོ། །

ལུ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་ཆིག་དེ་མོས་ནས་ལྷག་པར་མི་དགའ་ཞིང་སྤངས་ཀྱིས་ལོན་པར་  
 ལྷུང་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དྲུང་ཡང་འདི་ལྟ་བུའི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་དང་སྤང་པར་འཁྱུར། ཁ་  
 བས་བཟང་མོའི་ནང་ན་དུག་མ་རུངས་པ་ཡོད་པ་ལྟར་དགེ་སློང་མ་དེ་དག་གྱུར་དེ་དག་འབྲ་  
 མེ། འཛིག་ཉེན་གྱི་འདོད་པ་ལྷ་ནི་འཛིགས་པའི་སྟོན་མང་བར་བདག་ཅག་གིས་གྱུར་གེས་  
 བ། ཅིའི་ཕྱིར་འདི་དག་དེ་པ་ཡོན་ཏན་དུ་ལྟ་སྟམ་བསམས་ནས་སྐད་ལྷུང་མེ་རུས་སོ། །དེ་  
 བས་ཕྱིར་ལྷུང་མེ་སོང་སོང་བ་ལས་དགེ་སློང་མ་ལྷུང་པ་ལའི་མདོག་དང་སྤང་དེ། བདག་  
 ཅག་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་དུ་ཞེས་ངེས་སོ། །བདག་ཅག་གིས་དགེ་སློང་མ་ལ་བསམས་པ་ལྟར་མ་  
 ལྷུང་པས་དུ་བ་ཡོན་ལོ་ཞེས་སྟམ་སོ། །

ཡུང་བ་ལའི་མདོག་གིས་སྤྲས་པ། བྱེད་ཅིར་བསམས་ན་མ་གྲུབ་པར་གྱུར། བདག་  
ཅག་གིས་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་གསོལ་བ་ལས་རབ་ཏུ་འབྱུང་དུ་མ་གནང་ངོ། །ཡུང་བ་ལའི་  
མདོག་གིས་སྤྲས་པ། བྱེད་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་དགའ་ན་ཁོ་བོས་རབ་ཏུ་དབྱུང་ངོ། །ཤྭག་  
རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་རྣམས་རབ་ཏུ་དགའ་ནས་ཡུང་བ་ལའི་མདོག་གི་སྒྲོབ་མར་རབ་ཏུ་བྱུང་  
ངོ། །དེ་ལྟར་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཐམས་ཅད་འདུས་ཏེ་འདི་སྐད་ཅེས་གཏམ་བྱས་སོ། །བདག་  
ཅག་རྣམས་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་ན་སྤྱག་བསྐུལ་འགའ་ཅམ་སྤྱོད་བར་མ་ཟད་དེ། བ་མ་དང་གཉིན་  
བཤེས་ཀྱང་དགས་བསད། བདག་ཅག་ཀྱང་སྤྲ་དང་། རྩ་བ་དང་། རྩ་ལག་ཀྱང་བཅད་  
གཏུབ་ཏེ་སྤྱག་བསྐུལ་མི་ཟད་མི་སྤིད་པ་སྤྱོད་ངོ། །ཡུང་བ་ལའི་མདོག་གིས་སྤྲས་པ། བྱེད་  
ཀྱིས་སྤྱག་བསྐུལ་དེ་ཅམ་སྤྱོད་བ་ལ་གཏམ་ཡང་བྱར་ཅི་ཡོད། །ཤྭག་རིགས་ཁོ་མོ་རབ་ཏུ་  
མ་བྱུང་བ་ཅམ་ན་སྤྱག་བསྐུལ་སྤྱོད་བའི་གཏམ་དེ་མི་གཏོལ་ཏོ། །ཤྭག་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཐལ་མོ་སྤྱར་ནས་སྒྲོབ་དཔོན་མ་ལ་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་བའི་ཆོ། སྤྱག་བསྐུལ་རི་ལྟ་  
བྱ་སྤྱོད་བ་བསྟན་དུ་གསོལ་ཞེས་སྤྲས་སོ། །

དེ་ནས་དགེ་སྤྱོད་མ་ཡུང་བ་ལའི་མདོག་ཏིང་ལེ་འཛིན་དུ་ཞུགས་ནས་མདོན་པར་  
ཤེས་པའི་མཐུས་འོད་ཟེར་ཆེན་པོ་བཀྲེ་སྟེ་འཛམ་བུའི་གླིང་སྤང་བར་བྱས་ནས་ལས་དང་རྒྱ་  
མཐུན་པས་ལྟ་དང་། ལྟ་དང་། གཞོད་སྒྲིན་དང་། མི་དང་། མི་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་  
བསྐྱུས་ནས་འཁོར་མང་པོ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྲས་སོ། །ཁོ་མོ་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་བ་ན་ཡུལ་  
མཉན་དུ་ཡོད་པ་ཅན་ན་འདུག་པ་ན་ཁོ་མོའི་པ་མས་བྱང་སྤྱོད་ཀྱིས་ན་གནས་པའི་མི་དེ་ལ་  
བག་མར་བཏང་ངོ། །བྱང་སྤྱོད་ཀྱི་མི་དེ་དག་གི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱིས་བྱ་བཅའ་ཀར་བྱིར་པ་  
མའི་ཡུལ་དུ་བཅར་བཏང་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་ལོ་དུ་མར་དེ་ལྟར་སྤྱིར་བྱ་བཅའ་ནས་བྱིས་བྱ་  
ཞིག་བཅའ་བའི་ཆེ་བྱིས་ཐབ་དང་འགྲོགས་ཏེ་བཞོན་པ་རྟ་དང་ཐེག་པར་བཅས་ཏེ་པ་མའི་  
ཡུལ་དུ་སོང་བ་ལས། ལམ་བྱེད་དུ་བྱིན་པ་ལས་རྒྱ་སྤྱོད་པ་རྒྱ་སྤྱག་སྟེ་མ་ཐར་ནས་དེའི་  
རྒྱ་མོ་འགྲོག་དགོན་པའི་རྒྱ་འགྲམ་དེར་ཉལ་ལོ། །དེའི་རྒྱ་མོ་བྱ་བཅས་པ་དང་རྒྱའི་ནང་

ནས་སྐྱལ་གདུག་པ་ཡོད་པ་ཁྲག་གི་བྲི་ཆོར་ནས་བདག་བྱ་བཅས་པའི་སྟོགས་སྟེ་འོངས་  
སོ། །བདག་གི་བྱང་དུ་མ་ཕྱིན་པར་བདག་གི་བྲིམ་ཐབ་དང་བཅས་ཉལ་བའི་སྟེང་དུ་འོངས་  
ནས་བཅུགས་ཏེ་སྤར་བཅན་བསད་དོ། །

དེ་ནས་བྲིམ་ཐབ་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་འོངས་ནས་བདག་གིས་སྐྱལ་འོངས་སོ། །སྐྱལ་འོངས་  
སོ་ཞེས་བྲིམ་ཐབ་ལ་བོས་ན་མ་ཆོར་ཏེ་བྲིམ་ཐབ་ཀྱང་བསད་དོ། །དེ་ནས་རྟ་དང་། བ་ལང་  
དང་། བཞོན་པ་ཀུན་བསད་དོ། །ཁོ་མོ་འབའ་ཞིག་ཐར་ཏེ་ཕྱི་དེ་ཉིན་ནས་ལངས་ནས་བལྟས་  
ན་བྲིམ་ཐབ་ཀྱི་རོ་ཡང་བམ་ཞིང་། ས་ལ་ཁྲག་བཅོག་བཅོག་ལྟར་འདུག་པ་མཐོང་ནས་ཁོ་མོ་  
སྒྲག་ལ་འཁུམས་ནས་ས་ལ་འགྲེལ་ལོ། །དེ་ནས་སྐད་ཆེན་པོ་བྱང་སྟེ་དུས་ནས་ཁྱུ་རྩ་  
ཁྱིས་བྱང་བརྟུང་། སྐྱ་ཡང་བལ་ནས་རོའི་སྟེང་དུ་འགྲེལ་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཞག་དུ་མར་རྩ་  
ལས་མ་ཐར་ཏེ། རྩ་འགྲམ་ན་འདུག་འདུག་པ་ལས་ཕྱིས་རྩ་བྲག་པ་བྲི་ནས་བྱ་ཆེན་པོ་རྩ་  
རོལ་དུ་བཞག །བྱ་འབྲིང་པོ་ཁུར་དུ་བྲིར། བྱ་རྩ་དུ་བྱ་བའི་ནང་དུ་བཅུག །བྱ་བ་སོས་  
བཟུང་སྟེ་རྩ་འཕོགས་པ་ལས་རྩ་ཕྱིར་དུ་ཕྱིན་པ་དང་། ཕྱིར་བྱ་ལ་བལྟས་ན་བྱ་ཆེན་པོ་སྟག་  
གཅིག་འོངས་ནས་བཟུང་བ་མཐོང་བ་དང་། ཁ་གདངས་ཏེ་ཁུས་བཏབ་པ་ལས་བྱ་ཕོར་བ་  
དང་བྱ་རྩ་དུ་རྩ་རྩ་ལྟར་རོ། །བྱ་རྩ་དུ་བསྐྱབས་པ་ལས་བྱ་བ་མཐོང་བྱ་ཡང་ཕོར་ནས་བྱ་  
ཀུན་ཕེལ། །དེ་ལྟར་བྱ་གཅིག་སྟག་གིས་ཐོས། གཞན་རྩ་ཕེ་བས་བདག་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་  
སྟེང་གས་པ་ཅམ་དུ་སྟག་བསྐྱལ་གྱིས་གདུངས་ནས་ཁ་ནས་ཁྲག་སྐྱགས་ཏེ། ཀྱི་རྩ་དུ་  
རྩ་དེས་ཆོ་ངེས་བཏབ་ནས་ནང་གཅིག་ཏུ་འདི་འདྲ་བའི་སྟག་བསྐྱལ་སྟོང་བར་འགྱུར་བར་  
མཐོང་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་དུ་ཞིང་འདུག་འདུག་པ་ལས། རིང་པོ་མ་ཐོགས་པར་མགོན་པོ་  
མང་པོ་ཞིག་དེར་ལྷགས་སོ། །དེའི་ཆོ་ན་མགོན་པོ་དེ་དག་གི་ནང་ན་བྲིམ་བདག་གཅིག་  
ཅིག་ཁོ་མོའི་ས་མ་དང་མཇུང་ཞིང་བཞེས་པ་ཞིག་སྟེ། ཁོ་མོ་དེའི་གན་དུ་སོང་སྟེ་ས་མའི་  
གཏམ་བྲིས་སོ། །དེ་ལ་བྲིམ་བདག་དེས་འདི་སྐད་ཅེས་སྐྱས་སོ། །ཁྱོད་ཀྱི་ས་མ་དང་བྲིམ་དུ་

མེ་ཐར་ཏེ་བྱིས་ཡང་ཆོག་གོ། ཁྱོད་ཀྱི་པ་མ་ཡང་ཆོག་གོ། བདག་གིས་ཆོག་དེ་ཐོས་ནས་  
བརྒྱལ་ཏེ་ས་ལ་འབྱེལ་ལོ། །

དེ་ནས་རིང་ཞིག་ལོན་པ་དང་ཕྱིར་སངས་ཏེ་སོང་སོང་བ་ལས་སྒྲོགས་པོ་རྣམས་མི་  
ཁོད་ལྟ་བུ་དང་ཕྱད་དེ་བཅོམ་ལོ། །དེའི་ཆེ་མི་ཁོད་ཀྱི་དཔོན་པོས་བདག་ཚུང་མར་སྒྲངས་  
ནས་ཉག་ཏུ་སྒྲོ་སྒྲུང་དུ་བཅུག་གོ། །སྒྲུང་དུ་བཅུག་པ་ན་རིངས་དག་ཅིག་བྱུང་བ་ན་ཆོར་སང་  
ཆེར་བྱོས་ལ་ནང་དུ་སྒྲོན་ཅིག་ཅེས་བསྒྲེལ། །དེ་ནས་དུས་གཞན་ཞིག་ན་བྱིས་ཐབ་དེའི་མི་  
ཁོད་རྣམས་དང་འཕྲོག་ཅིང་འཛོམས་སུ་སོང་སོང་བ་ལས་སྐུལ་པོའི་བྱོར་བྱིས་ཀྱི་མི་རྣམས་  
ཀྱིས་བདས་ནས་ཉམ་ཐག་སྟེ་ཕྱིར་གནས་སུ་བྱོས་པ་ལས་དེའི་ཐད་ཀར་ཁོ་མོ་བྱ་བཅའ་བའི་  
ཐད་ཀར་བབ་སྟེ། བྱིས་ཐབ་སྒྲོ་ན་འབོད་པ་ཐོས་ཀྱང་སྒྲོ་འབྱེད་མ་བྱས་པས། དེའི་ཆེ་བྱིས་  
ཐབ་དེ་འདི་སྟུང་དུ་སེམས་པར་གྱུར་རྟོ། །བདག་གི་ཚུང་མ་འདི་ནི་ང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པར་  
སེམས་པ་ལྟ། སྒྲོ་འབྱེད་དུ་ཡང་མ་བརྟུབ་པོ་སྟུང་བས་མས་ནས་ཅིག་པ་ལ་རྒྱལ་ནས་ནང་  
དུ་འོངས་སོ། །དེས་ཚུང་མ་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲོ་མི་འབྱེད་ཅེས་བྱས་སོ། །ཚུང་མས་སྒྲིལ་བ།  
བདག་བྱ་བཅའ་ཞིང་འདུག་པས་སྒྲོ་འབྱེད་མ་བྱས་སོ། །དེའི་ཆེ་ན་བྱིས་ཐབ་དེ་ཁོས་ནས་རི་  
ཅོམ་དུ་ལུས་ཡོད་ན་བྱ་ཡོད་བར་འགྱུར་ཏེ། ཁྱོད་ང་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པས་བྱ་དེ་བདོག་ན་  
ཡང་ཅི་དུ་དུང་སྒྱུར་དུ་སོང་ཞིག་ཅེས་བསྒྲེལ། །དེའི་ཆེ་བདག་བྱ་ལ་བྱམས་ཆེས་པས་  
གསོད་མ་པོད་དོ། །དེ་ནས་བདག་གི་བྱིས་ཐབ་ཀྱིས་རལ་གྱི་སྒྱུར་ནས་བྱའི་རྒྱང་ལག་བཅད་  
དེ་ལ་འདི་ཐོ་ལྟོག་ །མ་ཐོས་ན་མགོ་གཅད་དོ་ཞེས་སྒྲིལ་སོ། །དེ་ནས་བདག་སྒྲག་ནས་བྱའི་  
ལ་ཐོས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་ལ་ཐོས་ནས་ཁོ་བ་ཡང་ཞི་བར་གྱུར་རྟོ། །

དེ་ནས་ཡང་དུས་གཞན་ཞིག་ན་སྐུ་ཞིང་འཕྲོག་ཏུ་སོང་སོང་བ་ལས་སྐུལ་པོས་ཐེན་  
ཏེ་བྱིས་ས་དང་སྒྱུར་ནས་སྒྲོག་བཅད་དོ། །དེའི་ཆེ་ན་སྐུལ་པོ་དེའི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱིས་སྐུན་པོ་  
བསད་ནས་སྐུན་པོའི་རོ་དང་ཚུང་མ་གསོན་པོར་དུར་དུ་བཅུག་གོ། །ཁོ་པོ་སྐུན་དང་བཅས་  
སུ་དུར་དུ་བཅུག་པར་གཞན་ཀྱིས་མཐོང་ནས་དེ་ནས་མོད་ལ་གཞན་ཀྱིས་བདག་གི་སྐུན་



འདོད་པའི་ཕྱིར་མཆོད་མོ་དྲུག་གྲུས་ནས་བདག་ཀྱང་ཁྱིམ་དེ་ཆུང་མར་སྒྲུངས་ནས་དྲུག་རྒྱན་  
དེ་ཡང་རིང་པོ་མ་ལོན་པར་ཡང་རྒྱལ་པོས་ཟེན་ནས་ཁྱིམ་དང་སྒྲུར་ནས་བསལ་དེ། །ཡུལ་  
ཆོས་ཀྱིས་རྒྱན་པའི་ཆུང་མ་ཡང་གསོན་པོར་རོ་དང་དྲུག་དྲུག་བཅུག་གོ། །དེ་ནས་རིང་པོ་མ་  
ལོན་པར་སྒྲུར་གི་ལྷོགས་པས་རོ་ཐོས་ནས་ཕྱིར་བྱུང་ནས་བདག་ཀྱང་དེ་ནས་ཐར་ཏེ་སྒྲིམ་  
བཞིན་དུ་འཐོམ་ཞིང་སོང་སོང་བ་ལས་མི་མང་པོ་ཞིག་དང་སྤྲད་དེ། མི་དེ་དག་ལ་འདི་སྐད་  
ཅེས་སྒྲུས་སོ། །བདག་གི་ཉུ་སྤྱུག་བསྐྱལ་མང་པོས་ཡོངས་སུ་གཟིར་བར་གྱུར་པས་ད་ལྟ་  
ངན་མེད་པའི་བདེ་བའི་གནས་ལོག་འདོད་དོ། །

དེ་ནས་ཁྱིམ་བདག་བྲམ་ཟེ་ཞིག་བདག་ལ་སྒྲིང་བཅེ་བའི་ཕྱིར་བདག་ལ་འདི་སྐད་  
ཅེས་སྒྲུས་སོ། །སངས་རྒྱུས་ཤུག་ཐུབ་པའི་ཆོས་ལ་ཞུགས་ན་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུན་མེད་དེ་  
རབ་དུ་བདེའོ། །ཞེས་ཐོས་སོ། །བདག་གིས་ཆོག་དེ་ཐོས་ནས་རབ་དུ་དགའ་བའི་སེམས་  
སྒྲིམ་ཏེ། དགོ་སྒྲོང་མ་སྒྲིམ་དགའའི་བདག་མོ་ཆོན་མོ་གྲགས་འཛིན་མ་ག་ལ་བ་དེར་སོང་  
ནས་ཕྱིན་པ་དང་རབ་དུ་བྱུང་ངོ། །རབ་དུ་བྱུང་ནས་མཐར་ཁྱིམ་བསྐྱོམས་ནས་འབྲས་བུ་  
ཐོབ་པར་གྱུར་ཏེ། རིག་པ་གསུམ་དང་མངོན་པར་ཤེས་པ་བྱུག་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་  
བརྒྱུད་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏེ། །དེའི་རྒྱ་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་ཁོ་མོ་རབ་དུ་མ་བྱུང་བའི་ཆེ་དེ་ལྟ་བུའི་  
སྤྱུག་བསྐྱལ་ཆོན་པོ་སྒྲོང་ངོ། །སྒྲོང་ནས་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་རབ་དུ་བྱུང་ནས་འབྲས་བུ་ཡང་  
ཐོབ་པར་གྱུར་ཏེ། །དེའི་ཆེ་ཤུག་རིགས་ཀྱིས་བུ་མོ་རྣམས་དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་པ་ཐོས་ནས་  
རབ་དུ་དགའ་བའི་སེམས་སྒྲིམ་ཏེ་ཆོས་ལ་ཆོས་ཀྱི་མིག་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཏེ། །ཆོས་ཉན་པའི་འཁོར་རྣམས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་དུ་སྒྲོན་ལམ་བཟབ་ནས་དགའ་བས་ཕྱིར་  
དོང་ངོ། །དེའི་ཆེ་ན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱུ་དགོ་སྒྲོང་མ་གྲོ་ཉ་ལྷོས་དགོ་སྒྲོང་མ་དང་། བར་  
ཁྱིམ་མ་དང་། དགོ་སྒྲོང་མ་དང་། དགོ་བསྐྱེན་མ་ལ་སོགས་ཏེ་བྱུང་མེད་ཐམས་ཅད་འདི་  
སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་པན་པ་དང་བདེ་བར་འགྱུར་  
བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་ཏེ། འབྲས་བུ་རྣམ་པ་གསུམ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་

གཤམ་གསུམ་པའི་ཆོས་རྒྱ་མཚོར་འཇུག་པ་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པའི་སྐྱེལ་བ་ཡོད་  
མོད་ཀྱི་བདག་ཅག་བྱད་མེད་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མ་གནང་ངོ། །

དེ་ཡང་བྱད་མེད་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེལ་བ་མང་ཞིང་གཏོང་མི་པོད་པ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་  
བ་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ལས་གངས་མེད་པས་སྒྲགས་བ་དང་། ཤེས་བ་རྒྱུ་  
ཞིང་ཞེན་བ་དང་། ལེ་ལོ་བྱེད་ཅིང་རྒྱལ་ཆེ་བ་དང་། ལུས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་རྒྱུར་  
མི་འགྱུར་ཞིང་མཚན་སྲུང་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཐོབ་པར་མི་རུང་བ་དང་། འཁོར་བར་འཁོར་བ་ན་  
འཁོར་ལོས་སྐྱར་པའི་རྒྱལ་པོའི་འབྲས་བུའི་མཆོག་དགེ་བ་བཅུའི་ཆོས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་མང་པོ་  
སྤྱད་མི་བྱས་བ་དང་། ཆངས་པའི་རྒྱལ་པོའི་ཐབས་སྒྲ་ན་མེད་པ་མི་འཛོལ་ཅིང་། སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་བ་དང་བདེ་བའི་དོན་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་  
བསྐྱེད་མི་བྱས་པའི་ཕྱིར་དེ་བས་ན་དེ་བཞིན་གཤམ་གསུམ་པས་བྱད་མེད་རྣམས་ཆོས་ལ་  
འཇུག་པའི་སྐྱོབ་མར་མ་གནང་ངོ། །

ལྷའི་བདུད་དམ་ངན་པར་ལྟ་བ་དང་། ལྷ་སྒྲེགས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉན་ཏུ་ངན་པར་  
ལྟ་བ་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་མེད་པར་བྱ་བ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་  
དང་། དགེ་འདུན་བཞིག་པར་འདོད་པ་དང་འབྲ་བར་དེ་བཞིན་གཤམ་གསུམ་པས་བྱད་མེད་  
རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལ་མོས་ཀྱང་འཇུག་ཏུ་མ་གནང་སྟེ། ཁོ་མོས་བྱད་མེད་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤམ་གསུམ་པ་ལ་ཡང་དང་ཡང་ལན་གསུམ་ཀྱི་བར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ཆོས་ལ་འཇུག་པར་གསོལ་ན་མ་གནང་ངོ། །དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་ཀྱི་བར་དུ་གསོལ་ཀྱང་མ་  
གནང་ནས་བསམས་བ་བཞིན་མ་གྱུར་ནས་ཁོ་མོ་མི་དགའ་བའི་ལྷ་ངན་གྱིས་ནོན་ཏེ། མིག་  
མཆེ་མས་གང་སྟེ་ཕྱིར་བྱུང་སྟེ་སོང་སོང་བ་ལས་ལམ་དུ་ཀུན་དགའ་བོ་དང་ཐུན་ནས་ཀུན་  
དགའ་བོས་ཁོ་མོ་ལ་ཡུམ་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་མི་དགའ་ཞིང་ལྷ་ངན་བྱེད་ཅེས་སྒྲས་སོ། །ཁོ་  
མོས་དེའི་ཆེ་ན་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་འདི་སྐྱད་ཅེས་སྒྲས་སོ། །བདག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལ་  
དད་ཅུང་མོས་ཏེ་ལན་གསུམ་ཀྱི་བར་དུ་དེ་བཞིན་གཤམ་གསུམ་པ་ལ་གསོལ་བ་ལས་མ་གནང་

བས་དེའི་ཕྱིར་བདག་མི་དགའ་ཞིང་མུ་ངན་བྱེད་དོ་ཞེས་སྤྲེལ་བ་དང་། དེའི་ཆེས་ཀྱན་དགའ་  
པོས་བདག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྲེལ་སོ། །ཡུམ་མི་དགའ་བ་མ་བྱེད་ཅིག །བདག་གིས་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་གསོལ་དྲི་ཡུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ་ཞེས་  
སྤྲེལ་སོ། །དེ་ནས་བདག་མོད་ལ་དགའ་བར་གྱུར་དོ། །

དེ་ནས་ཀྱན་དགའ་པོས་སངས་སངས་རྒྱས་གང་ན་བ་དེར་སོང་ནས་ཕྱིན་པ་དང་  
འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་དོ། །བཙུང་ལྡན་འདས་བདག་ལྷ་ཞིང་གསོལ་བའི་སྐབས་དབྱེ་བར་  
གནང་ན་བཙུང་ལྡན་འདས་ལ་ལྷའོ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། བཙུང་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་  
སྤྲེལ་པ། ཅི་དང་ཅི་འདོད་པ་ངེས་ཤིག་པར་བཀའ་སྤྲེལ་དོ། །དེ་ནས་བཙུང་ལྡན་འདས་ལ་  
ཀྱན་དགའ་པོས་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་དོ། །ཡུམ་གྱི་ཉ་མྱེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
གཟུགས་ཀྱི་སྤྲེལ་གསོལ་ཞིང་བསྐྱེད་བསྐྱེད་དེ། ད་མངོན་པར་སངས་རྒྱས་པའང་ཡུམ་ཀྱི་  
རྒྱུ་ཀྱིས་མངོན་པར་རྟོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་ལགས་ཏེ། ཡུམ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ལ་འཇུག་པ་ལགས་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་ཏུ་གནང་ན་ཡུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་  
ཅི་འཆལ། བཙུང་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱན་དགའ་པོ་ལ་བཀའ་སྤྲེལ་པ། བྱེད་སྤྲེལ་བ་བཞིན་ཏེ།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཡུམ་འཇུག་ཆེ་ང་བཞིན་གཤེགས་པས་མི་མཆིན་པ་མ་ཡིན་ན།  
བྱེད་མེད་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པར་མ་གནང་ངོ་། །

གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་བྱེད་མེད་འཇུག་ཏུ་  
གནང་བར་གྱུར་ན་དམ་པའི་ཆོས་ལོ་ལྷ་བརྒྱས་སྤར་བྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་བས་ན་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་བྱེད་མེད་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པར་མི་དགྲེས་  
སོ། །དེ་ནས་ཀྱན་དགའ་པོས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྱུག་འཆལ་ཏེ། ཐལ་མོ་  
རྒྱར་བ་བཏུད་དེ། ཡང་བཙུང་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་དོ། །བདག་མངོན་དུ་  
བྱུང་བ་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འཁོར་བཞི་དང་ལྡན་ན་སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་

བ་འབའ་ཞིག་འཁོར་བཞི་དང་ལྷན་བ་མ་ལགས་སམ། སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཀྱན་དགའ་བོ་ལ་  
བཀའ་སྤྲུལ་པ། དེ་ལྟར་གྲོ་ཉ་མྱེ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོས་ལ་དད་ན་བཙུན་འབྲུག་ཆོན་པོ་བསྐྱེད་  
དེ། བཙུན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་རྣམས་པ་བརྒྱད་ཡོངས་སུ་དགའ་བར་སྐྱེད་ན་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོས་  
ལ་འཇུག་ཏུ་གནང་ངོ། །

དེ་ནས་ཀྱན་དགའ་བོས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་འཛུལ་ཏེ། ལན་  
གསུམ་བསྐྱོར་བ་བྱས་ནས་ཕྱིར་སོང་སྟེ་ཡུམ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །བདག་གིས་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ནུབ་ཀྱིས་གསོལ་ནས་ཡུམ་ཆོས་ལ་འཇུག་ཏུ་གནང་ངོ། །ཤིན་ཏུ་  
ལེགས་སོ། །ཀྱན་དགའ་བོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་གསོལ་ཏེ་ཡུམ་  
བསམ་པ་ལྟར་གྱུར་བ་ལེགས་སོ། །ཡུམ་ཀྱིས་ཀྱན་དགའ་བོ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
བསྐྱེད་པ་ལ་འཇུག་ཏུ་གནང་བ་ཐོས་ནས་རབ་ཏུ་དགའ་ནས་བདག་གི་ལུས་མི་རྟག་པ་  
འདིས་དང་འདིར་རྟག་པའི་རིན་པོ་ཆའི་ལུས་སུ་གྱུར་ཏོ། །བདག་གི་སྟོན་འདི་ཡང་སྐད་  
ཅིག་སྐད་ཅིག་ཅིང་འགྱུར་ཞིང་འཕོ་བ་ལས་དང་འདིར་རིན་པོ་ཆའི་སྟོན་ཏུ་གྱུར་ཏོ། །ད་  
ལྟར་བདག་གི་ལུས་དང་། སྟོན་དང་། རྟོག་ཡང་རྒྱུས་པ་ལས་ཡོད་པར་ཟ་དེ། ད་ནི་  
རིན་པོ་ཆའི་རྟོག་རྟེན་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ལྟར་བདག་གིས་པན་པ་དང་བདེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཆོན་  
པོ་མཐོང་བས་ཀྱན་དགའ་བོ་ལ་ལྷག་པར་བཀྱར་སྟེ་བྱ་བ་དང་རིམ་གྱོ་བྱ་བའི་སེམས་སྐྱེས་  
ཏེ་ཀྱན་དགའ་བོ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །ཐེ་ཆོམ་མ་ཟ་ཞིག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
དགོངས་ཏེ་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་སྐྱེད་ཅིང་ལུས་དང་སྟོན་ཡལ་ཡང་ཉམས་པར་མི་བཞུད་  
དོ། །དེ་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བཙུན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་རྣམས་པ་བརྒྱད་ཉམས་པར་མི་  
བྱ་བ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བསྐྱེད་ཏོ། །

དེའི་ཆེ་ཡུམ་གྲོ་ཉ་མྱེ་སྟེ་རྗེ་ཆོན་པོའི་བྲགས་ཀྱིས་མ་འོངས་པའི་བྱད་མེད་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་བཙོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཡང་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་ཏོ། །བཙུན་པ་བཙོམ་ལྷན་  
འདས་མ་འོངས་པའི་དུས་ན་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོས་ལ་དད་ཅིང་མོས་པ་ཞིག་མཆིས་ན་དེ་

ཡང་བསྟན་པ་ལ་འདྲུག་པར་གནང་བར་མཛད་དུ་གསོལ། བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་  
སྩལ་བ། ལེགས་སོ། །བྱད་མེད་གང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྤང་ཞིང་འདྲིན་ལ་མཐར་ཀྱིས་  
ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། སྦྱོར་བ་དང་། མང་དུ་ཐོས་བ་དང་། དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཉམས་སུ་ལེན་  
ན་རབ་དུ་འབྱུང་བ་དང་། ཁྲིམ་པར་འདྲུག་ཀྱང་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བ་གསུམ་དང་། གཏམ་  
ཁྲིམས་ལྟ་དང་། ཁྲིམས་རྒྱུགས་པའི་བར་དུ་ལོན་ཅིང་རྣམ་པར་ཐར་བ་དང་། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
ཡན་ལག་གི་ཆོས་ཀྱི་བར་དུ་འདྲུག་དུ་གནང་ངོ་། །དེ་ལ་ནན་ཏན་བྱས་ན་འབྲས་བྱ་རྣམ་པ་  
གསུམ་ཡང་འཐོབ་ཅིང་། ལྟ་དང་མིའི་སྤྱོད་ལས་འདའ་བའི་བར་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་  
ངོ་། །གློ་ཉ་སྤྲིས་དེ་སྐད་གསུངས་པ་ཐོས་ནས་རབ་དུ་དགའ་མགྱུར་ངས་དགའ་བའི་སེམས་  
སུ་གྱུར་ཏེ། བཙུག་ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་ཏོ། །བདག་གིས་འབྲས་བྱ་ཐོབ་  
པར་གྱུར་པ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ལགས་སོ། །

བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། དེ་སྐད་མ་ཟེར་ཅིག །དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་རིན་ཡོད་ཅེའམ། རིན་མེད་ཅེས་མི་དགོས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རིན་བཟང་ན་མཉམ་སྟོམས་པའི་ཐུགས་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། གློ་ཉ་  
སྤྲི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་རིན་ཡོད་ཅེ་འམ་མེད་ཅེས་དགོངས་ན་མཉམ་  
སྟོམས་པ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ངོ་། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་གང་གིས་སངས་རྒྱས་  
ལ་གཞོད་པ་ཞིག་བྱས་ན་ཡང་དེ་ལ་ཞེ་སྤང་བ་ཡང་མེད། སེམས་ཅན་གང་སྟོས་ཅན་དན་  
ཀྱི་འདེ་གུས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྦྱེ་ལ་བསྦྱས་ན་ཡང་དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
དགྱེས་པར་མི་དགོངས་སོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་མཉམ་སྟོམས་པར་  
གཟིགས་ཏེ། འདི་ནི་ཀུན་དགའ་བོའི་རིན་ཡིན་ཀྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིན་མ་ཡིན་ན།  
ཀུན་དགའ་བོའི་རྒྱུ་ཀྱིས་བྱད་མེད་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འདྲུག་པར་གྱུར་  
ཏོ། །

གོ་ཏ་མྱེ་མ་འོངས་པའི་དུས་ན་དག་སྒོར་མ་དང་། དག་བསྟེན་མ་དང་། བྱད་མེད་  
ནམས་ཉག་པར་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་སོམས་ཤིག །བཀུར་སྟེ་དང་རིམ་གྱི་  
ཆར་བྱས་ཏེ་མིང་ནས་ཡང་བརྗོད་ལ་རྒྱན་དུ་བྱིན་བྱ་བར་བྱའོ། །དེ་མ་ཡིན་ན་ཉིན་མཆོན་  
དུས་བྱག་ཏུ་ཡང་མི་བརྗོད་པར་བྱའོ། །བྱ་བར་བྱའོ། །དེ་ནས་གོ་ཏ་མྱེ་མ་དག་སྒོར་མ་  
ནམས་དང་། བྱད་མེད་ནམས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བསྟེན་འོ། །བདག་ཅག་ནམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་  
ཀུན་དགའ་བོ་ལ་སྐྱབས་སུ་གསོལ་ཏེ་སྟོག་ཕྱགས་སོ། །བྱད་མེད་གང་ཞིག་ཉག་ཏུ་བདེ་  
སྦྱིད་པ་དང་། བཀུ་ཤིས་པ་དང་། འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འདོད་ན་ཉག་ཏུ་དབྱིད་ཆེ་འབྲིང་པོའི་  
ཆོས་བརྒྱད་དང་། སྟོན་ཆེ་འབྲིང་པོའི་ཆོས་བརྒྱད་ལ་གོས་སར་བ་གཙང་མ་བགོས་ཏེ།  
སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་ཁྱིམས་བརྒྱད་མཐོན་ལ་དུས་བྱག་ཏུ་བཙོན་འབྲས་  
བསྟེན་དེ་མཆོད་པ་བྱས་ན་ཀུན་དགའ་བོས་རྩ་འབྲུལ་གྱི་མཐུས་སྦྱོར་ཅིང་བསམས་པ་  
བཞིན་དུ་བྱུང་བར་བྱེད་དོ། །འཁོར་མང་ནམས་ཆོས་ཐོས་པས་རབ་དུ་དགའ་ནས་བསྐྱོར་བ་  
བྱས་ནས་ཕྱིར་དོང་ངོ། །ཐབས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་བྱིན་ལན་བསམ་པའི་མདོ་  
ལས་སྤྱིང་རྗེའི་ལེའུ་ཞེས་བྱ་སྟེ་བདུན་པའོ། །

༡༧༽གཏམ་རྒྱུད་འདི་དང་བཞད་ཚུལ་ཅུང་ཟད་མི་འབྲ་བ་ཙམ་ལས་དོན་གཅིག་པ་ཞིག་མདོ་སྟེ་མཛེས་  
ལྷན་དུ་འདར་བཞུགས། །

༡༡། །དགེ་སྦྱོང་མ་ཟུང་ལའི་ཁ་དྲག་མ་འཁོར་བསྐྱར་དུ་  
ལྷལ་ནས་རྩ་འབྲལ་བསྟན་པའི་ལྟ་སྟེན།

།འདུལ་བ་ལུང་ཤོད་ཆོག་གི་གཞི་ལས་བརྒྱུས།<sup>1)༽</sup>

དེ་ནས་དགེ་སྦྱོང་མ་ཟུང་ལའི་ཁ་དྲག་མས་འདི་ལྟར་བཅོམ་ལྷན་འདས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གསུམ་  
ལྟའི་གནས་ནས་འཛམ་བུའི་གླིང་དུ་བབས་ན་དེ་ལ་ཐབས་ཅི་ཞིག་གིས་བདག་གིས་བཅོམ་  
ལྷན་འདས་ལ་ཐོག་མར་བྱག་བྲ། དེ་སྟེ་འདི་བཞིན་དུ་སོང་ན་ནི་དགེ་སྦྱོང་མ་མགོ་རིག་མའོ་  
ཞེས་ཟེར་ནས་ཆེ་ཞིང་ཆེ་བའི་ལྷ་དང་མིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་བསྐྱོར་བས་ནང་དུ་འགོར་  
ཡང་མི་སྟེར་གྱིས་ཅི་ནས་བདག་ནི་རྩ་འབྲལ་གྱིས་འགྲོའོ་སྟུང་དུ་བསམས་ཏེ། དེ་འཁོར་  
ལོས་རྒྱུར་བའི་རྒྱལ་པོའི་ཆ་ལུགས་སུ་བདག་ཉིད་མངོན་དུ་སྤྲུལ་ཏེ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲ་བརྟན་  
གྱིས་ཐོག་མར་དངས། རྫོན་པོ་སྟོབས་ཀྱི་མཆོག་ས་ཡ་སྤག་བརྟན་ཅུ་ཅ་དགུས་ནི་བསྐྱོར།  
ནཱ་བ་སྤྲ་ཆོག་གི་རྒྱུ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་བུ་སྟོང་གིས་ཀྱང་ཁྲ་བ་ཁམ་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱོར།  
སྤྲ་སྟེགས་ཅན་དང་། བམ་ཟེ་དང་། བོངས་བ་དང་། དམན་བ་དང་། མིའི་མཆོག་སྟོང་གིས་  
ནི་རྗེས་སུ་འབྲང་། ཅིབས་མ་བརྒྱ་པའི་གདུགས་སྤྱི་པོར་འཛིན། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་སྟོང་ཤར་  
ཅིང་འཕྲོ་བ་དང་། ཁྲ་བ་དང་། སྐར་མ་དང་། གཞལ་མེད་ཁང་མཛེས་པར་བཅས་པ་ཟེལ་  
གྱིས་གཞོན་ཅིང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་རྩུང་དུ་སོང་བ་དང་། འཁོར་དེ་དག་གིས་དགེ་སྦྱོང་

<sup>1)</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། འདུལ་བ། །ཐོ་དེབ་ཨང་ ༡༡ བ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༡༠༠༩ ལོ། འོག་  
༡༡༠ པ་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེན་མ་དག་གི་ནཱ་ཐར་ཐར་བ་བརྒྱ་དཀར་པོའི་སྒྲིང་བ། །ཐོ་དེབ་སྟོང་པོད་ཡིག་  
དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༡༠༡༣ ལོ། འོག་གངས་ ༤༡ ནས་ ༤༩ བར་བཞུགས་པ་ལས་བརྒྱུས་པའོ།

མ་ཁྱུ་ལའི་ཁ་དོག་མ་རྒྱུང་མ་ནས་མཐོང་དོ། །མཐོང་ནས་ཡ་མཆན་དུ་གྱུར་ཏེ་མིག་  
ཚུགས་ཀྱིས་ལྟ་ཞིང་རྟོག་བ་སྣ་ཆོགས་སུ་གྱུར་ཏོ། །

ཁ་ཅིག་ནི་ཀྱེ་རྒྱལ་པོ་འདི་ལྟ་བུ་གང་ནས་འོངས་ཞེས་སྒྲ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་འདི་  
རྒྱལ་པོའི་སའི་སྟེང་ན་འདི་ལྟ་བུ་དཔག་ཐུན་སྤུས་ཚོགས་པ་ནི་ག་ལ་ཡོད་ཀྱེ་འདི་ནི་འཁོར་  
ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ག་རྟེན་གཞན་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་བལྟ་བའི་ཕྱིར་འོངས་  
ཡང་དག་ཅེས་ཟེར་རོ། །དེ་དག་གིས་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་དེའི་འོངས་སྟོང་དེ་ལྟ་བུ་མཐོང་  
ནས་ཨེ་མའོ་བདག་ཅག་གུང་འདི་ལྟ་བུའི་དངོས་པོར་མངོན་བར་སྐྱབས་ཤིག་ཅེས་ཆགས་  
པ་སྟེས་ཏེ། དེ་དག་གིས་གོ་ཡང་ཕྱེའོ། །དེའི་དུས་ན་ཆེ་དང་ལྡན་པ་འཆར་ཀ་འཁོར་འདུས་  
བ་དེའི་ནང་ན་འདུག་སྟེ། དེས་སྒྲས་པ། ཀྱེ་འདི་ནི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་མ་ཡིན་ཀྱེ་འདི་ནི་  
དགེ་སློང་མ་ལྷན་ལའི་ཁ་དོག་མ་སྟེ། རྩ་འབྲུལ་གྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་བལྟ་བའི་ཕྱིར་  
འོངས་སོ། །དེ་དག་གིས་སྒྲས་པ། འཕགས་པ་འདི་དགེ་སློང་མ་ལྷན་ལའི་ཁ་དོག་ཡིན་པར་  
ཁྱོད་གྱིས་རི་ལྟར་ཤེས་དེ་སྒྲས་པ། ཀྱེ་ལྷན་ལའི་བྱི་ཤིན་ཏུ་མཐུ་བས་ན་འདི་ནི་ལྷན་ལའི་  
ཁ་དོག་མ་སྟེ། རྩ་འབྲུལ་གྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བྱར་དུ་འོངས་སོ། །

དེ་ནས་དགེ་སྤྲོད་མ་ཕྱུར་པའི་ཁ་དོག་མས་རྩ་འབྲུལ་མངོན་པར་འདུས་བྱས་པ་  
སྤྲད་བསྐྱས་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་ན་བ་དེར་བྱིན་པ་དང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་  
ལ་མགོ་བོས་བྱག་འཛུལ་ནས་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་གོ། དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
དགེ་སྤྲོད་མ་ཕྱུར་པའི་ཁ་དོག་མ་ལ་འདི་སྒྲད་ཅིས་བཀའ་སྩལ་རྟོ། །དགེ་སྤྲོད་མ་སོང་ཞིག་  
འདི་མཐུན་ཏུ་མ་འདུག་ཅིག །དགེ་སྤྲོད་མས་སྟོན་པའི་སྟུན་སྤར་རྩ་འབྲུལ་བྱེད་པ་ནི་མི་  
རིགས་པའོ། །དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བསྐྲད་པ་དང་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་སོང་སྟེ་  
འདུག་གོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགོངས་པ། གང་སྟེ་ཞིག་དགེ་སྤྲོད་མ་སྟོན་པའི་སྟུན་  
སྤར་རྩ་འབྲུལ་བསྟན་ན་ཉིས་པའི་དམིགས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་དགེ་སྤྲོད་མས་སྟོན་པའི་  
སྟུན་སྤར་རྩ་འབྲུལ་མི་བྱ་བར་དགོངས་ནས་དགེ་སྤྲོད་རྣམས་ལ་བཀའ་སྩལ་པ། དགེ་སྤྲོད་



དག་དག་སྟོང་མས་སྟོན་པའི་སྤྱན་པར་རྩ་འབྲུལ་སྟོན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་དག་  
སྟོང་མས་སྟོན་པའི་སྤྱན་པར་རྩ་འབྲུལ་མ་སྟོན་ཅིག །དག་སྟོང་མས་སྟོན་པའི་སྤྱན་པར་  
སྟོན་ན་འདས་པ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་ནི་དག་སྟོང་མ་ལྷན་པའི་  
ཁ་དོག་པའི་འཁོར་ལོས་སྤྱར་བའི་ལོངས་སྟོང་དུ་མཐོང་ནས་མིར་ཆགས་པ་སྤྲེལ་སོ། །ཁ་  
ཅིག་ནི་ལྟ་ནམས་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་ཀྱི་ལོངས་སྟོང་དུ་མཐོང་ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ནས་ལྟ་ནམས་སྤྱ་  
ཆགས་པ་སྤྲེལ་སོ། །

དེ་ནས་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ལྟ་དང་མིར་སྤྲེ་བ་ལས་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་འཁོར་དེ་  
དག་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཤད་དེ་གང་གིས་དེ་ཐོས་པས་ན་ཁ་ཅིག་ནི་རྒྱན་དུ་ཁྱེགས་པའི་  
འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་འབྲས་བུ། ལན་ཅིག་ཕྱིར་  
འོང་བའི་འབྲས་བུ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་དབྱ་བཙམ་པ་  
མངོན་དུ་བྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཉན་ཐོས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་རང་བྱང་  
ཆུབ་དུ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
དོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཁོད་དུ་གྱུར་པའི་དག་བའི་ཅ་བ་ནམས་བསྐྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་སྤྱི་  
པོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་བཟོད་པ་ཆུང་དུ་དང་འཕྲིང་པོར་བསྐྱེད་དོ། །འཁོར་དེ་དག་ལས་པལ་  
ཆེར་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་གཞོལ། ཆོས་ལ་འབབ། དག་འདུན་ལ་རབ་དུ་བབ་པར་བཀོད་  
དོ། །



༣༡། །དགེ་སྤྲོད་མ་ལྷ་ལྷ་ལའི་མདོག་ཅན་ལ་ཆོས་རྒྱན་པ་  
དག་དང་པ་སྦྱིས་ནས་བསྐྱོད་སྦྱོམས་དང་  
རས་ཡུག་ལུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།

།འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་བཟུས།<sup>1</sup>།

སངས་རྒྱུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་མཉན་ཡོད་ན་རྒྱལ་བྱེད་གི་ཆོས་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གི་  
ཀུན་དགའ་ར་བ་ན་བཞུགས་སོ། །གང་གི་ཆེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་གིས་དགེ་སྤྲོད་མ་རྣམས་  
གིས་དགོན་པར་གནས་པ་མ་བཟུགས་པ་དེའི་ཆེ་ན་དགེ་སྤྲོད་མ་རྣམས་ཀྱང་དགོན་པའི་  
གནས་སུ་དོར་སྟེ། བསམ་གཏན་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། སྦྱོམས་  
པར་འཇུག་པའི་བདེ་བ་དག་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་དགེ་སྤྲོད་མ་ལྷ་ལྷ་ལའི་  
མདོག་འཁོར་ལྷ་བརྒྱ་དང་ནགས་སུན་པ་ཅན་གལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་སྦྱིན་ནས་ཤིང་ལྷོན་པའི་  
བྱང་ཞིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ་སྦྱིས་མོ་ཀྱང་བྱེད་གིས་འདུག་ནས་བསམ་གཏན་དང་། རྣམ་པར་ཐར་  
པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། སྦྱོམས་པར་འཇུག་པའི་བདེ་བ་དག་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་  
དོ། །དགེ་སྤྲོད་མ་དེ་དག་གི་མ་རེད་མཉན་ཡོད་ཏུ་འཇུག་འདོད་ནས་སྦྱིས་པ། འཕགས་མ་  
ལྷ་ལྷ་ལའི་མདོག་བསྐྱོད་བར་བྱའོ། །

<sup>1</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། འདུལ་བ། །ཅེ་དེབ་ཨང་ ༥ ལ། ཀྱང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟླན་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། ཞོག་  
༩༩ ལ་དང་། འཕགས་པོ་དག་གི་ཆོས་སྒྲིག་མཉམ་ཁེར་ཐར་པ་བསྐྱོད་དཀར་པོའི་སྤྱོད་པ། །ཅེ་བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་  
དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་སྟླན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཞོག་གངས་ ༩༥ ལས་ ༡༠༠ ལར་བཞུགས་པ་ལས་བཟུས་པའོ།

ཁ་ཅིག་གིས་སྤྲོས་པ། འཕགས་མ་ཕྱུག་ལའི་མདོག་ནི་མཐུ་ཆེ་བ་རྩ་འབྲུལ་ཆེ་བ་  
ཡིན་པས་དང་པོ་ཁོ་ནར་དབྱར་ཁང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་བའི་གནས་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས་ཟེར་  
ནས་དེ་དག་གིས་དེ་མ་བསྐྱར་བ་ཁོ་ནར་དོང་དོ། །ཕྱུག་ལའི་མདོག་ཀྱང་བྱེ་མ་རེད་ལངས་  
ནས་དགེ་སློང་མ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དོང་བར་མཐོང་བ་དང་། དེས་བསམས་པ། ཅི་ད་  
འགྲོ་ཡས། འོན་ཏེ་འདི་ཉིད་དུ་འདུག་སྟུང་ནས་དེ་དེ་ཉིད་དུ་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པ་ཞུགས་  
སོ། །གཡོན་ཅན་ལྟ་བུ་ཅམ་གྱིས་ལས་དག་བྱས་ནས་ནགས་སྟན་པ་ཅན་དུ་སྟོགས་ཏེ།  
དེ་དག་གིས་སྤྲོས་པ། བདག་ཅག་ལས་ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་བུ་ནི་སྐལ་བ་དག་བགོ་བར་  
བྱའོ། །ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་བུ་ནི་ནགས་བྱུལ་བར་བྱའོ་ཞེས་དེ་དག་ལས་ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་བུ་  
ནི་སྐལ་བ་དག་བགོ་བར་བརྟམས། ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་བུ་ནི་ནགས་བྱུལ་བར་བརྟམས་པ་  
དང་། དེ་དག་གིས་ཕྱུག་ལའི་མདོག་འདུག་པ་མཐོང་དོ། །

དེ་ན་ཁ་ཅིག་ན་རེ་ཤེས་ལྟན་དག་འདི་ནི་ཐོ་ཡོར་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར། ཁ་ཅིག་ན་  
རེ་འདི་ནི་མི་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར། ཁ་ཅིག་ན་རེ་འདི་ནི་དགེ་སློང་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་  
རོ། །དེ་ན་དགེ་སློང་གི་རྒྱས་ཤེས་པ་ཞིག་འདུག་པ་དེས་སྤྲོས་པ། འདི་ནི་དགེ་སློང་མ་ཞིག་  
ཡིན་གྱི་དགེ་སློང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ཤེས། དགེ་སློང་དག་ནི་སྦྱིལ་མོ་ཀྱང་གིས་འདུག་  
ལ། དགེ་སློང་མ་ནམས་ནི་སྦྱིལ་མོ་ཀྱང་བྱེད་གིས་འདུག་གོ། དེ་དག་དོ་མཆོར་སྦྱེས་ནས་  
ཤེས་ལྟན་དག་འདི་ལྟ་བུའི་ནགས་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་ནང་ན་དགེ་སློང་མ་གཅིག་ལྟ་  
མཆོན་མོ་གནས་པར་ཁས་སྐྱངས་པ་ལྟོས་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་དག་དམག་དཔོན་གྱི་གན་དུ་  
སོང་བ་དང་། དམག་དཔོན་གྱིས་དེ་དག་ལ་བྲིས་པ། ཤེས་ལྟན་དག་བྱེད་གི་ནགས་སྟན་པ་  
ཅན་འདི་ན་དོ་མཆོར་རུང་ཐད་མཐོང་བ་ཡོད་དམ་མཆིས་ཏེ། འདི་ལྟ་བུའི་ནགས་འཛིགས་  
སུ་རུང་བའི་ནང་ན། དགེ་སློང་མ་གཅིག་ལྟ་མཆོན་མོ་གནས་པར་ཁས་སྐྱངས་པ་མཆིས་  
སོ། །

དེ་བལྟས་འདོད་པོ་ཞེས་དེ་དག་དེའི་བྱང་ཁྱེད་པ་དང་། དམག་དཔོན་གྱིས་དགོ་  
སྤྲོད་མ་ལྟར་ལའི་མདོག་གཟུགས་བཟང་བ། ལྟ་ན་སྤྲུག་པ། མཛེས་པ་མཛོད་པོ་། མཛོད་  
ནས་ཀྱང་མདོན་པར་དད་པར་གྱུར་ནས་དེ་མདོན་པར་དད་པ་སྤྲེས་པས་སྤྲས་པ། གྱེ་མ་  
དགོ་སྤྲོད་མ་འདི་ནི་གཉིས་ཀ་ནས་བཟང་བ་ཡིན་ཏེ། མཚན་མོ་ཆེན་མོ་ལྟར་འདུག་པ་གང་  
ཡིན་པ་དང་། གཟུགས་བཟང་བ། ལྟ་ན་སྤྲུག་པ། མཛེས་པ་གང་ཡིན་པས་སོ་ཞེས་དེ་  
བསྐྱང་བར་བཅུམས་པ་དང་། དེ་དག་གིས་སྤྲས་པ། ཅིའི་ཕྱིར་འདི་སྤྲོད་བར་བྱེད། ཟས་  
སྤྲོད་པར་བྱའོ། །དགོ་སྤྲོད་གི་རྒྱས་ཤེས་པ་གཅིག་གིས་སྤྲས་པ། འདི་ནི་དུས་མ་ཡིན་པར་  
མི་ཟའོ། །དམག་དཔོན་གྱིས་སྤྲས་པ། ཅིའི་ཕྱིར། དེས་སྤྲས་པ། འདི་ནི་དུས་མ་ཡིན་པའི་  
ཟས་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །དམག་དཔོན་གྱིས་སྤྲས་པ། གྱེ་མ་དགོ་སྤྲོད་མ་འདི་ནི་གཉིས་ཀ་  
ནས་བཟང་བ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་བཟང་བ། ལྟ་ན་སྤྲུག་པ། མཛེས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་།  
དུས་མ་ཡིན་པའི་ཟས་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པས་སོ། །ཡང་སྤྲས་པ། འདི་ལ་ཆང་ལྷུང་པར་  
བྱའོ། །

དགོ་སྤྲོད་གི་རྒྱས་ཤེས་པ་དེས་སྤྲས་པ། འདི་ནི་སྤྲོས་པར་འགྱུར་བའི་བརྟུང་བ་  
སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །དམག་དཔོན་གྱིས་སྤྲས་པ། གྱེ་མ་དགོ་སྤྲོད་མ་འདི་ནི་གཉིས་ཀ་ནས་  
བཟང་བ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་བཟང་བ། ལྟ་ན་སྤྲུག་པ། མཛེས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། སྤྲོས་  
པར་འགྱུར་བའི་བརྟུང་བ་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པས་སོ། །ཡང་སྤྲས་པ། ཁོ་བོས་ཡོན་གནས་  
ཀྱི་ཞིང་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བསོད་སྦྲུམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་མ་རུས་སོ་ཞེས་དེས་རས་ཡུག་ཆེན་  
པོ་ལ་འོས་པ་གཅིག་དང་། བསོད་སྦྲུམས་ཀྱི་བྱུང་ཅིག་ཤུལ་ནས་ཤིང་སྦྲུན་པའི་ཡལ་ག་ལ་  
བཏགས་ཏེ་བཞག་ནས་སྤྲས་པ། འཕགས་པ་འདི་ལྟར་ཁྱོད་ལ་མི་མཁྱེན་པ་དང་། གཟིགས་  
པ་དང་། མི་རིག་པ་དང་། རྣམ་པར་མི་མཁྱེན་པ་ཅི་ཡང་མི་མངའ་བས་བདག་གིས་ཁྱོད་ལ་  
བསོད་སྦྲུམས་དང་ན་བཟའ་འདི་འབྲུལ་ལོ་ཞེས་སྤྲས་ཏེ་སོང་ངོ་། །

ཡུལ་ལའི་མདོག་ནངས་པར་སྒར་ལངས་པས་སྐྱེ་བོ་པལ་བོ་ཆེད་རྗེས་ཤུལ་མཐོང་  
ནས་དེས་བསམས་པ་དང་། གཡོན་ཅན་ལྟ་བུ་ཉེ་བར་འོངས་པར་མཐོང་ནས་མི་མཛེས་  
པ་འགའ་ཞིག་རིག་པར་མ་བྱས་སམ་སྟུམ་ན་འགའ་ཡང་མ་བྱས་པར་མཐོང་ངོ་། །ཤིང་ལྡོན་  
པའི་ཡལ་ག་ལ་རས་ཡུག་ཆེན་དང་། བསོད་སྟོམས་བཏགས་ཏེ་བཞག་པ་མཐོང་ནས་དེས་  
བསམས་པ། འདི་ནི་དད་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱིས་དད་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་  
ནས་དེས་བསམས་པ། གལ་ཏེ་བྱིན་ལེན་སྟོབས་པ་ལ་བསྐྱད་ན་བྱའོ། །སྤུས་ཚུད་གཟན་  
པ་འགྱུར་བས་བདག་ནི་དགོ་འདུན་ལ་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་ཕུད་འབྲལ་པ་ཡིན་ལ་འདི་ལྟར་  
དགོ་སྟོང་རྣམས་ལ་མི་རུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དགོ་སྟོང་མ་རྣམས་ལ་རུང་བ་ཡིན་ལ།  
དགོ་སྟོང་མ་རྣམས་ལ་མི་རུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དགོ་སྟོང་རྣམས་ལ་རུང་བ་ཡིན་པས་  
བདག་རང་ཉིད་ཀྱིས་འདི་བྱིང་ཏེ། དགོ་འདུན་ལ་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་ཕུད་འབྲལ་དུ་འགྲོའོ་  
སྟུམ་ནས་དེས་དེ་བྱིང་ཏེ་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཆལ་དུ་སོང་ངོ་། །

དུག་སྤེ་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་དུ་སྟོད་པ་ནི་དུག་སྤེ་ལས་གང་ཡང་རུང་བས་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་  
ཆལ་ཀྱི་སྟོ་སྟོང་པར་མི་འཛོག་པས་ཉེ་དགའ་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཆལ་ཀྱི་སྟོ་ན་འཆག་ཅིང་འདུག་  
པ་དེས་ཡུལ་ལའི་མདོག་མཐོང་ནས་སྒྲིས་པ། སྤིང་མོ་ཅིའི་བྱིར་ནང་པར་སྒར་མཉན་ཡོད་ཀྱི་  
སྟོ་དག་བྱེ་སྟེ་འོངས། དེས་སྒྲིས་པ། བདག་མཉན་ཡོད་དུ་མ་མཆིས་ཀྱི། བདག་མདང་སྟུམ་  
ནགས་སྟུན་པ་ཅན་དུ་མཆིས་པར་ཁས་ལྗངས་སོ། །ཉེ་དགས་སྒྲིས་པ། ཉེ་དགའ་ནི་ཉིན་མོ་  
ཉིད་ནགས་སྟུན་པ་ཅན་དུ་ཞུགས་ན་ཡང་སྟུ་དག་བྱིན་དུ་འགྲེང་བར་འགྱུར་རོ། །སྤིང་མོ་  
བྱིར་བ་འདི་ཅི་ཡིན། དེས་སྒྲིས་པ། ཆོས་རྒྱན་པ་ལྟ་བུ་ཅམ་དེར་མཆིས་ནས་དེ་དག་དད་  
པར་གྱུར་པས་བདག་ལ་དད་པའི་དབང་དུ་བགྱིས་པ་སྟུལ་ཏོ། །སྤིང་མོ་ཁྱོད་ནི་ཆོས་རྒྱན་  
པས་ཀྱང་དད་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། གལ་ཏེ་ཉེ་དགའ་དེ་དག་གིས་མཐོང་དུ་ཟེན་ན་སྟག་ཁྱོད་  
མང་པོས་བརྒྱབས་ཏེ་ཁྱར་ཅ་བར་བྱིད་པར་འགྱུར་རོ། །

འདི་ལྟར་གང་ལ་རས་ལུག་ཆེན་འདི་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་དེ་ནི་གོས་སར་བ་ལས་སྐུ་  
སྐྱར་ཉི་རིམ་བྱས་ཏེ་སེམས་ལས་ཚུང་རུས་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་འོན་ཤེས་པར་འགྱུར་  
རོ། །འཕགས་པ་ཁྱོད་རས་ལུག་ཆེན་འདི་བཞེད་དམ། ལྷའི་གནས་ཀྱི་ལྷག་མ་བཞེན་  
དུའོ། །འཕགས་པ་བདག་གིས་དགེ་འདུན་ལ་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་ཕུད་ཕུལ་ཏེ་སྐྱར་མཆིས་  
པའི་བར་དུ་གཞེས་ཤིག་དང་། དེའི་འོག་ཏུ་ཁྱོད་ལ་རས་ལུག་ཆེན་གསོལ་ལོ། །ཉེ་དགས་  
བསམས་པ། ལྷར་བཞེད་ནག་པོ་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་འདི་ལ་བསྐྱངས་པ་དང་དེ་ལ་བྱིན་  
པར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་ནས། སྤང་མོ་བདག་གིས་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་ཕུད་ལེན་པ་དག་ཁྱིད་དེ་  
འོང་གིས་དེའི་བར་དུ་འདི་ཉིད་དུ་སྤྱོད་ཅིག །ཉེ་དགའ་ཀླུ་བྱེད་ཀྱི་ཆ་ལ་དུ་ཞུགས་པ་དང་།  
དེས་དགེ་སྤྱོད་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་ཕུད་ལེན་པ་དག་སྤྱིང་ལས་ཚུང་རུར་འཁོད་པ་མཐོང་ནས་  
དེས་སྐྱས་པ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་སྤྱིན་བདག་དག་ནི་ཁྱར་གྱིས་རལ་ཞིང་སྤྱོད་ལ། ཁྱེད་  
ཅག་ནི་འདི་ན་སྤྱིང་ལས་ཚུང་རུར་འཁོད་ན་ཚུར་ཤོག་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་ཕུད་ལོངས་  
ཤིག །དེ་དག་གིས་གཞོང་བུ་ཐོགས་ཏེ་དོང་བ་དང་། ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་དེ་དག་ལ་  
བསོད་སྟོམས་ཀྱི་ཕུད་ཕུལ་ནས་རས་ལུག་ཆེན་སྐྱགས་ནས་ཉེ་དགའ་ལ་ཕུལ་ལོ། །ཉེ་  
དགས་ཁྱོད་སྤྱིན་པ་འདིས་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་དང་། སེམས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་  
ཆོགས་དང་། རོན་གྱི་མཆོག་དང་། ལྟ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་གོས་དག་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
སྐྱས་ལོ། །ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་བསམས་པ། ང་དབྱར་ཁང་དུ་སོང་སྟེ་ཅི་རུང་། བཅོམ་  
ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་བྱག་འཆལ་དུ་འབྲེ་བར་བྱའོ་སྟུམ་ནས། དེ་ནས་ལྷན་ལའི་མདོག་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ག་ལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་བྱིན་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་གཉིས་ལ་  
མགོ་པོས་བྱག་འཆལ་ཏེ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འདུག་ལོ། །

དེའི་ཆེ་ན་ཨུ་ལའི་མདོག་གིས་ཆོས་ལོས་ལྷ་དབ་ཅིང་སྐམ་སྤྱང་ཡང་ཉིངས་པར་  
སྤྱང་ནས། དེ་ན་བཙོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་དགའ་ལོ་ལ་བཀའ་སྤྱུང་བ།  
ཀུན་དགའ་ལོ་དགེ་སློང་མ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱར་གྱི་ལོས་ཀྱི་ཉིད་པ་མ་གྱུབ་བས། བཙུན་པ་

གྲུབ་པོ། འོན་ཅིང་ཕྱིར་དག་སྒྲིང་མ་ལྟན་ལའི་མདོག་གི་ཆོས་གོས་ལྟ་ངན་ཅིང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་  
ཡང་རྟིངས་པར་གྱུར། བཅུན་པ་སྤང་མོ་འདི་ནི་དད་པ་དང་ལྡན་ཞིང་བཟང་ལ་དག་བའི་  
བསམ་པ་ཅན་ལགས་ཏེ། འདིས་སངས་རྒྱས་སམ། ཆོས་སམ། དག་འདུན་ནམ། དག་  
སྒྲིང་ཡིད་དུ་འཐད་པ་དག་ལ་མ་སྤུལ་བའམ། ཡོངས་སུ་མ་བཏང་བ་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་ཏེ།  
འདིས་དེང་ཡང་རས་ཡུག་ཆེན་རྟེན་ནས་དེ་ཡང་འདིས་བཅུན་པ་ཉི་དགའ་ལ་སྦྱལ་རྟོ། ། ཀྱུན་  
དགའ་ལོ་དག་སྒྲིང་དག་དག་སྒྲིང་མ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་གོས་སྟག་པ་ལེན་ཏམ། བཅུན་པ་  
ལེན་རྟོ། ། ཀྱུན་དགའ་ལོ་དག་སྒྲིང་དག་དག་སྒྲིང་མ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་འདི་སྦྱུང་དུ་འདིའི་  
ཆོས་གོས་ལྟ་ཆང་ངམ། འོན་ཏེ་མ་ཆང་སྦྱུང་དུ་མི་སེམས་པར་འདི་ལྟར་ཐོབ་པོ་ཅོག་ལེན་  
པར་བྱེད་ཀྱི། ཉི་དུ་ལ་ནི་བྱེན་ཡང་ལེན་པར་མི་བྱེད་དོ། །

དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་དགའ་པོ་ལ་བཀའ་ལྷལ་པ།  
 ཀུན་དགའ་པོ་དག་སྟོང་མ་ཁྱུར་ལའི་མདོག་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་ནས་ཆོས་གོས་ལྷ་  
 འི་ཅིག་ཆེ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་དགའ་པོས་དག་སྟོང་མ་ཁྱུར་ལའི་མདོག་ལ་གཙུག་ལག་  
 ཁང་ཆེན་པོ་ནས་ཆོས་གོས་ལྷ་འི་ཅིག་དེ། དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ལྷང་བ་འདི་དང་།  
 མྱེད་གཞི་འདི་དང་། ལྷ་བས་འདི་ལ་དག་སྟོང་གི་དག་འདུན་བསྐྱ་བ་མཛད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ལྷ་མ་བཞིན་ནོ། །འདི་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་འདི་  
 ལྷ་དག་དོན་པར་བྱ་སྟེ། ཡང་དག་སྟོང་གང་དག་སྟོང་མ་ཉི་དྲུ་མ་ཡིན་པ་ལས་གོས་ལེན་ན་  
 ལྷ་དག་ལེ་ལྷ་འཁྱེད་དོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལ་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
 པའི་གཞི་དེ་ལྷ་དག་བཅའ་བ་མཛད་དོ། །



༡༡། །དགོ་སྟོང་མ་ཤེས་རབ་ཅན་དག་གིས་དགོ་སྟོང་དགའ་བྱེད་  
ལ་ཆོས་ཀྱི་དོན་རྒྱ་ཆེར་བྱིས་པ་དང་དགོ་སྟོང་མ་  
ལྷན་ལས་རྒྱ་འབྱུང་བ་ལྟན་ཚུལ།

།འདུལ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་བརྒྱས།<sup>1)</sup>

ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་བསམས་པ། མི་མངོས་པ་འགའ་ཞིག་རིག་པར་མི་འགྱུར་རམ་སྟམ་  
ན། རི་ཅོམ་ན་འཛོམས་པར་འདོད་པའི་གཡོན་ཅན་ལྟ་བུ་ཅོམ་པོ་དེ་དག་མཐོང་ནས་དེས་  
འཕགས་སྐྱེས་པོའི་དབྱང་སྤྱལ་ཏེ་ར་བའ་ཏ་བརྟུངས་པ་དང་། དེ་དག་གིས་སྤྲས་པ། ཤེས་  
ལྷན་དག་བདག་ཅག་འཕགས་སྐྱེས་པོའི་དབྱང་གིས་བསྟོར་ཏེ་བདག་ཅག་ཟིན་པར་གྱུར་ན་  
མི་རུང་གིས་འཁྲོས་པར་བྱའོ་ཞེས་དེ་ལྟར་རིག་ནས་དེ་དག་བློས་སོ། །ལྷན་ལའི་མདོག་  
གིས་དགོ་སྟོང་མ་དེ་དག་ལ་སྤྲས་པ། ལུ་རུ་མོ་དག་གཡོན་ཅན་འཛོམས་པར་འདོད་པ་ལྟ་  
བུ་ཅོམ་འདིར་ལྷགས་ནས་ཁོ་མོས་དེ་དག་བསྐྱེགས་ནས་བློས་ཀྱིས། ཁད་ཀྱི་དལ་བྱ་དལ་  
བྱས་ལག་བཟུང་སྟོ་བྱེ་ཤིག །དེ་དག་ནངས་པར་སྤར་ལངས་ཏེ་མཉན་ཡོད་དུ་ཞུགས་པ་  
དང་། བྲམ་ཟེ་དང་། བྱིས་བདག་གིས་མཐོང་ནས་དེ་དག་གིས་སྤྲས་པ། རྒྱུའི་བྱའི་དགོ་  
སྟོང་ནམས་ཀྱིས་ཆོས་འདྲེ་བ་དང་། ལྷག་པར་འདྲེ་ཞིང་ཆངས་པར་སྤྱད་པ་སྟོད་པར་བྱེད་  
པ་བཟང་ངོ། །དགོ་སྟོང་དོན་ཉུང་དུ་དག་ཅིའི་ཕྱིར་དགོ་སྟོང་དག་ཉི་མ་རྒྱབ་པའི་དུས་ཀྱི་

<sup>1</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྟར་མ། འདུལ་བ། །རྟོ་དེབ་ཨང་ ༡ བ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟུན་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། ཤོག་  
༣ པ་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྐྱེས་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་ཐར་པ་བསྟར་དཀར་པོའི་ཐོང་བ། །༡༩༽ བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་  
ཆེད་དཔེ་སྟུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཤོག་གངས་ ༡༠༡ ནས་ ༡༠༢ པར་བཞུགས་པ་ལས་བརྒྱས་པའོ།

བར་དུ་དགེ་སློང་མ་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་ཅེས་སྟོན་པར་བྱེད། ལྷ་ལ་གཏོང་བར་བྱེད། ལ་ཟེར་བར་བྱེད་པའི་སྐབས་དེ་དགེ་སློང་རྣམས་ཀྱིས་བཙམ་ལྡན་འདས་ལ་གསོལ་རྟོ། །

དེ་ནས་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱུང་བ་འདི་དང་སྐྱེད་གཞི་འདི་དང་སྐབས་འདི་ལ་དགེ་སློང་གི་དགེ་འདུན་བསྐྱེད་པ་མཛད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྷ་མ་བཞིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་བཙམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ནི་མཁྱེན་བཞིན་དུ་མེད་པར་མཛད་པ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྐྱེ་མ་བཞིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་དགའ་བྱེད་ལ་སྐྱས་པ། དགའ་བྱེད་ཁྱོད་ཉི་མ་རྒྱབ་པའི་དུས་ཀྱི་བར་དུ་དགེ་སློང་མ་ལ་སྟོན་པ་བདེན་ནམ། བཅུན་པ་མད་དོ། །སངས་རྒྱས་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མི་བཙོན་པ་དང་མི་སྐྱོར་བ་དང་། མ་བརྟགས་པར་སྐྱོད་པ་རྣམས་པར་སྦྱད་པ་མཛད་དོ། །

དེ་ནས་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཙོན་པ་དང་། སྐྱོར་བ་དང་བརྟགས་ཏེ་སྐྱོད་པའི་བསགས་པ་བཛྲོད་ནས། དགེ་སློང་རྣམས་ལ་བཀའ་སྩལ་པ། དགེ་སློང་དག་དེ་ལྟ་བུས་ན་ཕན་ཡོན་བཅུ་ཡང་དག་པར་གཟིགས་པས་འདུལ་བ་ལ་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བཅའ་བར་བྱ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་མ་བཞིན་ནོ། །

༡༡། །ལྷན་ལའི་མདོག་ཅན་གྱིས་སྤྲད་ཆོར་མ་བྱེད་སྐབས་  
བམ་ཟེའི་ཁྱེའུ་ཀླར་ལྷ་པ་ཁ་ཆེལ་ཏུ་བྱིན་པའི་  
བར་ནས་དག་བཙམ་མར་བྱར་ཆུལ།

།དག་སྟོང་མའི་འདུལ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་བཏུས།<sup>1</sup>།

སངས་རྒྱས་བཙམ་ལྷན་འདས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་འོད་མའི་ཆལ་བྱ་ཀ་ལན་ད་ཀ་གནས་བ་  
ན་བཞུགས་སོ། །གང་གི་ཆེ་ལྷན་ལའི་མདོག་གོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་བྱག་ན་སྤྲད་འཆོར་མ་བྱེད་  
བར་གྱུར་བ་དེའི་ཆེ་བམ་ཟེའི་ཁྱེ་དེ་ལ་སེམས་ལྷག་བར་ཆགས་བར་གྱུར་ནས་དེར་སོང་སྟེ།  
མེ་ཉོག་དང་། འབྲས་བུ་དང་། སོ་ཤིང་ནམས་གྱིས་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་བར་གྱུར་ཉོ། །དེ་  
ནས་ལྷན་ལའི་མདོག་གིས་བམ་ཟེའི་ལ་འདི་སྤྲད་ཅེས་སྒྲས་སོ། །ཁྱོད་ནི་རིགས་མཐོ་བ་  
ཡིན་ལ། བདག་ནི་རིགས་དམའ་བ་ཡིན་ན། ཅིའི་བྱིར་འདིར་འོངས། དེ་སྤྲད་ཅེས་སྒྲས་བ་  
དང་། བམ་ཟེས་ལྷན་ལའི་མདོག་ལ་འདི་སྤྲད་ཅེས་སྒྲས་སོ། །བདག་ཁྱོད་དང་ལྷན་ཅིག་  
འཕྲད་འདོད་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་འདི་སྤྲད་ཅེས་སྒྲས་སོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ཀླར་ལྷ་པ་ཁ་  
དག་ཡོད་ན་བྱིན་སྟེན་ཅིག་འཕྲད་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་བམ་ཟེའི་ལྷན་ལའི་མདོག་ལས་  
ཆོག་དེ་ཐོས་ནས་ཀླར་ལྷ་པ་ཁ་ཆེལ་ཏུ་ལྷོངས་དག་ཏུ་སོང་རོ། །

<sup>1</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། འདུལ་བ། །༡༩། དེབ་ཨང་ ༤ བ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟླན་ཁང་། ༢༠༠༤ ལོ། ཞོག་  
གངས་ ༢༢ བ་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་པ་བསྒྲིག་དཀར་པོའི་ཐེང་བ། །༡༩། བོད་ལྗོངས་བོད་  
ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟླན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཞོག་གངས་ ༡༠༣ ནས་ ༡༠༥ བར་བཞུགས་པ་ལས་བཏུས་བའོ།

དེ་ནས་ཕྱི་ལོ་མདོག་དུས་གཞན་ཞིག་ན། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེ་དང་ལྷན་  
པ་མོ་འགལ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲད་པའི་ལས་ཀླུ་མཁས་སྤངས་ཏེ་དག་བཅོམ་བ་ཉིད་  
ཀྱང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ཡང་ཉིན་པར་ནགས་ཆལ་ཐེགས་པོར་འདུག་པ་ལ་གོམས་བ་  
ཡིན་པས་དེ་ནས་ཕྱི་ལོ་མདོག་ནགས་ཆལ་ཐེགས་པོར་ཉིན་པར་འདུག་ཏུ་སོང་  
ངོ། །བཅའ་ཐེ་དེ་ཡང་ཀླར་ལྷ་པ་ཆ་ཁྱེད་ཏེ། མོང་དང་། མོང་ཁྱེད་དང་། ཡུལ་འཁོར་དང་།  
རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱང་འཁོར་དུ་སོང་ནས་འདྲི་ཞིང་འདྲི་ཞིང་མཉམ་ཡོད་དུ་བྱིན་ཏོ། །དེ་ནས་བཅའ་  
ཐེ་དེ་ཕྱི་ལོ་མདོག་གང་ན་བ་དེར་སོང་སྟེ་བྱིན་ནས་ཕྱི་ལོ་མདོག་ལ་རྒྱལ་བ་སྟེལ་བ་  
བྱས་ཏེ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་སོ། །ཀྱེ་ཀླར་ལྷ་པ་ཆ་དག་བཞེས་ཤིག་དེས་ཀྱང་བསམས་ནས་  
བཅའ་ཐེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་སོ། །བཅའ་ཐེ་བདག་གིས་ནི་དམ་པའི་ཆོས་མ་ཡིན་བ་དེ་  
སྤངས་སོ། །དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་བ་དང་། བཅའ་ཐེས་ཕྱི་ལོ་མདོག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་  
སོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤངས་ཀྱང་བདག་གིས་ནི་མ་སྤངས་སོ། །དེ་ནས་ཕྱི་ལོ་མདོག་  
གིས་བཅའ་ཐེ་དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་སོ། །བཅའ་ཐེ་ཁྱོད་བདག་གི་ཡན་ལག་གི་ཆ་གང་ལ་  
སེམས་ལྷག་པར་ཆགས་པར་གྱུར། དེས་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་ཏེ། མིག་ལ་ལོ། །དེས་མིག་དེ་  
རྩ་འཁྱུལ་གྱིས་ལག་མཐིལ་དུ་བཞག་སྟེ། བཅའ་ཐེ་དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིས་སོ། །

བཅའ་ཐེ་གལ་ཏེ་འདོད་ན་ལོངས་ཤིག་ །དེ་ནས་བཅའ་ཐེས་མིག་དེ་མཐོང་བ་དང་ཁྱོས་  
འཁྱུགས་རུ་པར་གྱུར་ཏེ། དགེ་སློང་མ་ཕྱི་ལོ་མདོག་གི་སྤྲད་དུ་ཁྱེད་གཅིག་བསྐྱེད་  
ནས་སོང་ངོ། །དེ་ནས་ཕྱི་ལོ་མདོག་གིས་སྐབས་དེ་དགེ་སློང་མ་ཀླུ་མཁས་ལ་སྒྲིས་  
སོ། །དགེ་སློང་མ་ཀླུ་མཁས་ཀྱིས་དགེ་སློང་དག་ལ་སྒྲིས་སོ། །དགེ་སློང་ཀླུ་མཁས་ཀྱིས་བཅོམ་  
ལྷན་འདས་ལ་གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲུལ་བ། དགེ་སློང་དག་བྱད་  
མེད་ནི་མཐུ་སྟོབས་ཆུང་བ། གཡོན་ཅན་དང་། འཕྱོན་མ་དང་། ཐོལ་བ་ལ་སོགས་པས་  
འདོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དེད་ཕྱིན་ཆད་དགེ་སློང་མས་དགོན་པར་གནས་པར་མི་  
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

༡༡། །བྱ་མོ་ཆོས་སྒྱུན་མ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཆོས་བྱུག་གི་བསྐྱབ་བྱ་  
བསྐྱབས་ཏེ་ཕྱས་གཞོན་ཅུར་བྱུར་པས་པས་བག་  
མར་བྱིན་ཀྱང་ལྷོན་པ་དང་འཕྲད་ནས་  
འབྲས་བྱ་ཐོབ་ཚུལ།

།འདུལ་བ་ཐོན་ཆོགས་ཀྱི་གཞི་ལས་བརྒྱས།<sup>1)</sup>

དགེ་སློང་མ་ཕྱུག་ལའི་ཁ་དོག་མ་བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་ན་བ་དེར་སོང་སྟེ་བྱིན་པ་དང་།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྱུག་འཆལ་ནས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་  
འདུག །ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་ནས་དགེ་སློང་མ་ཕྱུག་ལའི་ཁ་དོག་མས་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ལ་བཙུན་པ་ཁྲིམ་བདག་བྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་མོ་ཆོས་སྒྱུན་ཞེས་བགྱི་བ་ལེགས་པར་  
བཤད་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བསྟེན་པར་རྫོགས་ཤིང་དགེ་སློང་མའི་དངོས་  
པོར་འཆལ་ན། དེ་ཁྲིམ་བདག་རི་དྲགས་སྒྲའི་བྱ་ས་ག་ཞེས་བགྱི་བ་ལ་སྦྱལ་ནས། ཁྲིམ་  
བདག་བྱིན་པ་དེས་མ་གཙང་བའི་སྟེང་དུ་རྟག་ཏུ་བསྐྱབས་ཤིང་སྒྲོད་ལོ་དུ་འབྱུང་དུ་མ་སྟེར་  
ཏེ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་  
བཀའ་སྦྱལ་པ། ཀུན་དགའ་བོ་སོང་ལ་དགེ་སློང་མ་དག་ལ་འདི་སྐད་སྒྲོས་ཤིག །ཁྲིམ་བདག་  
བྱིན་པའི་བྱ་མོ་ཆོས་སྒྱུན་མ་ཞེས་བྱ་བ་ཁྲིམ་དེ་ཉིད་དུ་ཕྱུག་ལའི་ཁ་དོག་མ་ཐིན་པར་གཏང་  
གིས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་གསུམ་དང་། བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྟ་བུ་བྱིན་ལ་གནས་དེ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་

<sup>1</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། འདུལ་བ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་དེབ་ཨང་ ༡༡ བ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། སྔག་  
གངས་ ༣༩༩ བ་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་ཐར་པ་བསྐྱོད་དཀར་པོའི་སྒྲུང་བ། །དེ་ཉིད་སྒྲུངས་  
བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། སྔག་གངས་ ༡༢༢ ནས་ ༡༩༣ བར་བཞུགས་པ་ལས་བརྒྱུས་པའོ།

དབྱུང་བར་ངས་གནང་ངོ། །བཅུན་པ་དེ་ལྟར་བཀྱའོ་ཞེས་གསོལ་ནས། དེ་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལས་མཉན་ཏེ་དགོ་སྒྲོང་མ་རྣམས་ལ་བསྐྱོལ། །དགོ་སྒྲོང་མའི་དགོ་འདུན་མས་དགོ་སྒྲོང་མ་ལྷན་ལའི་ཁ་དོག་མ་ལ་བསྐྱོ་སྟེ་ཕྱིན་པར་གཏང་ངོ། །དེ་དར་སོང་ནས་བྱ་མོ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་གནང་བར་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །དགོ་སྒྲོང་མའི་དགོ་འདུན་ཀྱིས་ཀྱང་སྐབས་སུ་འགོ་བ་གསུམ་དང་། དགོ་བསྟན་མའི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྷ་ཡང་བྱིན་ནོ། །ཁྱོད་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་བསྐྱབ་པ་བཅུའི་གཞི་ཡང་བྱིན་ཀྱིས་འདི་དང་འདི་དག་ནི་འདི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་གནས་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་བྱུངས་ལ་བསྐྱམ་པར་ཀྱིས་ཤིག་ཅེས་སྒྲིབ་པ་དང་། དེ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་སྒྲིབ་སོ། །

དེ་ནས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་སྒྲིབ་པ་དང་། དགོ་སྒྲོང་མ་ལྷན་ལའི་ཁ་དོག་མས་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུ་བཤད་ནས་ཆོས་སྒྲིབ་མས་ཐོས་མ་ཐག་དུ་འདིག་ཆོག་སུ་ལྟ་བའི་རིའི་ཅེ་མོ་ཉི་ཤུ་བྱེན་དུ་བྱུང་བ་དོན་ལེ་ཤེས་ཀྱིས་བཅོམ་ནས་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་སོ། །

དེ་ནས་དགོ་སྒྲོང་མ་ལྷན་ལའི་ཁ་དོག་མས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་བོ་སོང་སྟེ། དགོ་སྒྲོང་མ་དག་ལ་འདི་རྒྱད་ཅེས་བསྐྱོས་ཤིག །ཆོས་སྒྲིབ་མ་གནས་དེ་ཉིད་དུ་ལྷན་ལའི་ཁ་དོག་མ་ཕྱིན་པར་ཐོངས་ལ་ལོ་གཉིས་སུ་ཆོས་དྲུག་དང་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཆོས་དྲུག་གི་བསྐྱབ་པ་བྱིན་ཅིག་ཅེས་བཀའ་སྩལ་བ་དང་། བཅུན་པ་དེ་ལྟར་བཀྱའོ་ཞེས་གསོལ་ནས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལས་མཉན་ཏེ་དགོ་སྒྲོང་མ་རྣམས་ལ་བསྐྱོལ། །དགོ་སྒྲོང་མའི་དགོ་འདུན་ཀྱིས་ལྷན་ལའི་ཁ་དོག་མ་བསྐྱོས་ཏེ་ཕྱིན་པར་གཏང་ངོ། །དེ་དར་སོང་ནས་བྱ་མོ་དགོ་སྒྲོང་མའི་དགོ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་གཉིས་སུ་ཆོས་དྲུག་དང་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཆོས་དྲུག་བསྐྱབ་པའི་སྒོམ་པ་བྱིན་ཏེ། ཁྱོད་ནི་དགོ་སྒྲོང་མར་གྱུར་ཀྱིས་འདི་དང་འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱོས་ཤིག །རི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བཅས་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱམ་པར་ཀྱིས་ཤིག །

དེ་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཤད་པ་ཐོས་པ་དང་། ཆོས་སྤྱོད་མས་ལན་གཅིག་ཕྱིར་  
ལྷོག་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་སོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་སྤྱོད་མས་ལོ་གཉིས་སུ་ཆོས་བྱུག་དང་  
རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཆོས་བྱུག་གི་བསྐབ་པ་དག་བསྐབས་པ་དེ་ན་དེ་གཞོན་ཅུ་མར་གྱུར་  
ཏོ། །དེ་གཟུགས་གཞོན་ཞིང་བཟང་ལོ་ལ་ནང་གི་སྤྱོད་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡིད་དགའ་ཞིང་ཕྱི་  
ཕྱིར་ཞིང་ལྟོ། །དེ་ནས་བྱིམ་བདག་རི་དྲགས་སྤྲེལ་བུ་མོ་ཆོས་སྤྱོད་དེ་གཞོན་ཅུར་གྱུར་པ་  
ཐོས་པ་དང་། དེས་བྱིམ་བདག་བྱིན་པ་ལ་མཛའ་བོ་བྲིཅུ་ཡང་གཞོན་ཅུར་གྱུར། བུ་མོ་ཡང་  
གཞོན་ཅུར་ན་ཉི་མ་ནམ་བཟང་བ་བརྟགས་ནས་བྲིཅུ་ཡི་ཆུང་མར་ལྷང་ངོ་ཞེས་སྤྱིང་བ་དང་།  
དེས་མཛའ་བོ་ལེགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱའོ་ཞེས་ལན་སྤྱིང་ངོ་། །བྱིམ་བདག་བྱིན་པས་ལྟས་  
མཁན་དག་བསོགས་ཏེ། གྲེ་བུ་མོ་འདི་ནམ་བག་མར་བཏང་ན་རུང་བ་རྟོགས་ཤིག་ཅེས་  
བྱས་པ་དང་། དེ་དག་གིས་ཡིད་མཐུན་པར་བཅིས་ཏེ་བག་མར་གཏང་བའི་ཉི་མ་བསྐྱར་  
ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱིམ་བདག་རི་དྲགས་སྤྲེལ་གྲང་བག་མ་ལྷང་བའི་ཞག་བསྐྱར་ཏོ། །

དེ་ནས་བྱིམ་བདག་བྱིན་པས་མཛའ་བོ་དང་། བུ་ཅུ་དང་། གཉེན་དག་གི་གནས་  
སུ་དུས་འདི་ཙམ་ན་བུ་མོ་ཆོས་སྤྱོད་མ་བག་མར་གཏང་བར་བྱ་སྟེ། བུ་ཅུ་དང་གཉེན་འཁོར་  
དང་ཆས་ཏེ་གྲོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་ཡི་གེ་སྤྱིང་ངོ་། །དེ་ནས་བྱིམ་བདག་རི་  
དྲགས་སྤྲེལ་གྲང་མཛའ་བོ་དང་བུ་ཅུ་དང་། གཉེན་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ཡི་གེ་སྤྱིང་  
ངོ་། །བྱིམ་བདག་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་དང་། འཁོར་དག་རྒྱ་ཆེར་གནས་ནས་མཛའ་བོ་དང་།  
བུ་ཅུ་དང་། གཉེན་རྣམས་ལྟགས་པས་མཉན་དུ་ཡོད་པའི་ནང་ཐམས་ཅད་གང་ངོ་། །ལུལ་  
ཀོ་ས་ལའི་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་ནང་གི་བཙུན་མོ་དང་། གཞོན་ཅུ་དང་། རྫོན་པོ་དང་། སྤྱོད་  
པོ་མང་པོ་དང་། ལྷོངས་དག་གི་མིས་བྱིམ་བདག་བྱིན་པའི་བུ་མོ་རི་དྲགས་སྤྲེལ་ལ་བྱིན་ཏེ། དེ་  
བག་མར་ལེན་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་དག་གི་གནས་ནས་མཛའ་བོ་དང་། བུ་ཅུ་དང་། གཉེན་  
རྣམས་དང་། སྤྱོད་པོ་མང་པོ་དག་ལྟགས་སོ་ཞེས་ཐོས་སོ། །དེས་རྫོན་པོ་ལ་གྲེ་བྲིད་ཀྱིས་གྲང་  
དེ་གཉིས་ཀྱི་གྲོགས་ཀྱིས་ཤིག་པར་བསྐྱོའོ། །

དེ་དག་གིས་ཀྱང་གནས་གནས་ཀྱི་དབང་པོ་རྣམས་དང་། རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་  
གཏོགས་པ་རྣམས་ལ་སོ་སོར་གང་གི་ཡུལ་ན་ཡོ་བྱད་ཅི་ཡོད་པ་རྣམས་དེར་བདག་གིས་  
ཁྱེད་ཉེ་འདྲུས། འདི་ན་ཀུན་ཕྱིན་པར་འདུས་ཤིག་ཅེས་ཡི་གེ་སྤྲིང་ངོ་། དེ་དག་གིས་ཀྱང་དེ་  
ལྟར་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་བདག་གིས་འབྱོར་བ་རྣམས་སྦྱར་ཏེ་མཉན་དུ་ཡོད་པར་ལྷགས་སོ། དེ་  
ནས་སེམས་ཅན་མང་པོ་བརྒྱ་ལྷོད་ཡང་འདུས་ཏེ། དེ་ནས་སྒྲོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མཉན་དུ་  
ཡོད་པའི་སྤྲིང་མོས་ཆལ་དང་། ཉེ་བའི་ཆལ་དང་། དེའི་འཁོར་དུ་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་  
བདར་བྱས། རྫོང་དང་། རྒྱུ་མོ་དང་ཐོང་བ་དག་ལྷགས་ནས་མེད་པར་བྱས་སོ། །ཅན་དན་གྱི་  
རྒྱས་ནི་ཆག་ཆག་བཏབ། བདུག་སྒྲོས་ཞེས་པའི་པོག་པོར་ད་སྤྲངས་ཏེ། གཡས་གཡོན་དུ་  
བཞག། འཕག་དང་རྒྱལ་མཆོན་བསྐྱེད་པ་ནས། དར་གྱི་ལྷ་ལྷི་དབྱེད་པ། མེ་ཏོག་རྣམ་པ་སྣ་  
ཆོགས་ཀྱིས་བཟུམ། ཡིད་དུ་འོང་བའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བའི་ཆལ་དང་། སྤྲིང་མོས་ཆལ་  
བཞེན་ནོ། །

དེ་ནས་ཆོས་སྤྱོད་མས་ཡོ་བྱད་སྦྱར་བ་རྣམས་མཐོང་ནས་ནང་གི་སྤྱི་པོ་དག་ལ་གྱེ་  
དུས་མ་ཡིན་པའི་དུས་སྟོན་འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་། དེ་དག་གིས་ཁྱོད་ཀྱིས་  
སྟོན་གྱི་ལེགས་པའི་ཆོགས་རྣམས་པར་བསགས་པའི་མཐུས་ན་དུས་ལ་མ་བབ་པའི་དུས་  
སྟོན་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ། ཁྱོད་བག་མར་གཏང་བའི་ཕྱིར་དུས་ལ་མ་བབ་པའི་དུས་སྟོན་ཆེན་པོ་  
བྱས་ཏེ། དེ་དག་ཉེ་བར་འོངས་སོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་། དེས་ཐོས་ནས་སྒྲག་སྟེ་པའི་རྒྱུ་ལ་  
བྱག་འཆལ་ཏེ། ཡབ་བདག་འདོད་པ་འཆལ་བ་ནི་མ་ལགས་ན་རྒྱལ་པོའི་ཀུན་དགའ་ར་བ་  
ཞེས་བགྱི་བ་དགེ་སྟོང་མའི་དབྱར་མོ་ཁང་དུ་མཆིར་ཅི་གནང་ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་། དེས་སྒྲུས་  
པ། རུ་མོ་ཁྱོད་མ་སྤྱོད་པར་བྱིས་བདག་རི་དྲགས་སྤྱིའི་བྱ་ས་ག་ལ་བྱིན་པས། ད་ནི་ང་ལ་  
དབང་མེད་ངོ་། ཁྱོད་ཀྱི་བྱིས་ཐབ་དེ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱར་ནི་ཡུལ་གོ་ས་ལའི་རྒྱལ་པོ་གསལ་  
རྒྱལ་དང་། ནང་གི་བཅུན་མོ་དང་། གཞོན་ལུ་དང་། བཟ་པོ་དང་། བཟ་མོ་དང་། སྤྱི་པོ་མང་  
པོ་དང་། ཡུལ་སོ་སོ་ནས་ལྷགས་པའི་སྤྱི་པོ་མང་པོ་དག་ཀྱང་ཤེས་ན་ངས་ཁྱོད་ད་རི་ལྟར་



གནང་བར་བྱ། ཅི་བདག་མཛའ་པོ་དང་། སྤུ་དང་། གཉེན་རྣམས་བཙོན་རར་བཅུག་སྟེ་  
འཆི་བར་འདོད་དམ། ཁྱོད་ནི་སང་བག་མར་འགོ་བ་ལྟར་གྱིས་ཤིག །མཛའ་པོ་དང་། བདག་  
གི་མི་དང་། གཉེན་དང་། སྐྱེ་བོ་མང་པོ་དག་གྲང་འདིར་འདུས་ན། དེ་སྐད་མ་ཟེར་ཅིག །ཁྱོད་  
རབ་ཏུ་གཞོན་པས་མ་རྟོགས་ཏེ། ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་སྦྱད་པ་ཐོངས་ཤིག་ཅེས་བསྒྲོ་བ་དང་།  
དེ་བཙོན་པས་ལམ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་ཞུགས་ན་འདོད་པ་དང་བྲལ་བར་བྱ་བའི་  
ཐབས་མ་རྟོན་དོ། །

དེའི་བར་དུ་ཡང་སངས་རྒྱས་བཙོན་ལྡན་འདས་ལ་མི་མཐུན་པའམ། མི་གཟིགས་  
པའམ། མ་རིག་པའམ། རྣམ་པར་མི་རིག་པ་ཅུང་ཟད་གྲང་མེད་དེ། སངས་རྒྱས་བཙོན་ལྡན་  
འདས་རྣམས་ནི་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཅན་འཛིག་ཏེན་པ་ལ་མན་འདོགས་པར་འདུག་པ། སྤང་  
བ་གཅིག་སྤུ་དཔའ་པོ་གཅིག་སྤུ། གཉིས་སུ་མེད་པ་གཉིས་སུ་མ་ཡིན་པར་གསུང་བ་ནི་  
གནས་དང་ལྟག་མཐོང་གིས་གནས་པ། འདུལ་བའི་དངོས་པོ་གསུམ་ལ་མཁས་པ་རྩ་བོ་  
བཞི་ལས་ཀྣལ་བ། རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་བ་བཞིའི་ཞབས་གྱི་མཐེལ་ལ་རབ་ཏུ་ཉག་པ། མི་  
འཛིགས་པ་བཞིས་བསྐྱེདས་པ་མེད་པ། ཡན་ལག་ལྔ་རྣམ་པར་སྤངས་པ། སྐྱེ་བ་ལྔ་ལས་  
ཡང་དག་པར་འདས་པ། ཡན་ལག་དྲུག་དང་ལྡན་པ། པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པ། སྦྱད་པ་དྲུག་ལ་ཉག་ཏུ་སྦྱོད་པ། བྱང་རྩལ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་མེ་ཉོག་གིས་  
བརྒྱན་པ། ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་འཆང་བ། དབྱ་མཐར་གྱིས་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་  
མཁས་པ། སྟོབས་བཅུའི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ། བྱོགས་བཅུར་སྟན་པ་རྒྱས་པར་གྲགས་པ།  
བརྒྱ་ཕྲག་བཅུ་ལས་དབང་སྦྱར་བ་བྱུང་ཞུགས་པ། མཆོན་ལན་གསུམ་ཉིན་ལན་གསུམ་དུ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྦྱན་གྱིས་འཛིག་ཏེན་ལ་གཟིགས་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཐོང་བ་ལ་འཇུག་སྟེ།  
གང་འགྲིག། གང་འཕེལ། གང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་བར་གྱུར། གང་དོག་པར་གྱུར། གང་གཞོད་  
པར་གྱུར། གང་དཀའ་བ་དང་། དོག་པ་དང་། གཞོད་པར་གྱུར། གང་ངན་སོང་ལ་གཞོལ།  
གང་ངན་སོང་ལ་འབབ། གང་ངན་སོང་ལ་རབ་ཏུ་བབ། གང་ངས་ངན་སོང་ནས་སྤང་སྟེ།

མཐོ་རིས་དང་ཐར་བ་ལ་རབ་ཏུ་གཞག་པར་བྱ། གང་དགེ་བའི་ཅ་བ་མ་སྒྲིམ་པ་ནམས་དགེ་  
བའི་ཅ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱ། གང་སྒྲིམ་པ་ནམས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱ། གང་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་  
པ་ནམས་ནམས་པར་གྲོལ་བར་བྱ་སྟུམ་དུ་གཟེགས་སོ། །ཡང་སྒྲིམ་པ།

རྒྱ་མཚོ་ཆུ་སྒྲིན་གནས་དེ་ནི། །དུས་ལས་གལ་ཏེ་ཡོལ་ཁྱད་སྤྱོད། །

འདུལ་བ་ཡི་ནི་བྱ་ནམས་ལ། །སངས་རྒྱས་དུས་ལ་འདའ་མི་མཛད། །

དེ་ནས་བཙུགས་ལྟར་འདས་ཀྱིས་འཇུག་པ་མཛད་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ནམ་གྱི་ཆེ་སངས་  
རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་དེར་འཇུག་པ་མཛད་པ་དེའི་ཆེ། ཞལ་ནས་འོད་ཟེར་ཁ་དོག་སྒྲིན་སོ་  
དང་། སེར་སོ་དང་། དམར་སོ་དང་། དཀར་སོ་ནམས་སྤྱང་སྟེ། ཁ་ཅིག་ནི་འོག་ཏུ་དོང་། ཁ་  
ཅིག་ནི་སྟེང་ཏུ་དོང་། །གང་འོག་ཏུ་དོང་བ་དེ་དག་གིས་ནི་ཡང་སོས་དང་། ཐེག་ནག་སོ་  
དང་། འཛེམས་སོ་དང་། འོ་དོད་འབོད་སོ་དང་། འོ་དོད་ཆེར་འབོད་སོ་དང་། ཆ་བ་དང་།  
རབ་ཏུ་ཆ་བ་དང་། མནར་མེད་སོ་དང་། རྩ་བུར་ཅན་དང་། ལྷན་ཏུ་རྩ་བུར་ཅན་དང་། ཡ་  
ཉ་ཉ་དང་། ཉ་ཉ་བ་དང་། ཉ་ཉ་བ་དང་། ལྷན་ལ་ལྷ་བྱ་དང་། བད་མོ་ལྷ་བྱ་དང་། བད་མོ་  
ཆེན་པོ་ལྷ་བྱ་དག་གི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་སོང་ནས་གང་ཆ་བའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་  
དེར་བབ་ན་ནི་བསེལ་བར་གྱུར། གང་གང་བའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དེར་བབ་ན་ནི་བོ་བར་  
གྱུར་ཏེ། དེས་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་སྤྱག་བསྟུན་གྱི་བྱེད་པར་སྦྱར་བའི་བར་གྱུར་བས་དེ་  
དག་འདི་སྟུམ་དུ་སེམས་སོ། །ཀྱེ་ཅི་བདག་ཅག་འདི་ནས་ཤི་འཕྱོལ་སམ། འོན་ཏེ་གཞན་  
ཞིག་ཏུ་སྒྲིམ་སྟུམ་སོ། །དེ་དག་དད་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་བཙུགས་ལྟར་འདས་ཀྱི་སྟུམ་པ་དེར་  
བཏང་ངོ། །

དེ་དག་སྟུམ་པ་མཐོང་ནས་དེ་དག་འདི་སྟུམ་དུ་སེམས་སོ། །ཀྱེ་བདག་ཅག་ནི་ཆེ་  
འདི་ལས་འཆི་འཕྱོལ་བའམ། གཞན་ཏུ་སྒྲིམ་པ་ནི་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི་སྒྲིན་ཆད་མ་མཐོང་བའི་  
སེམས་ཅན་འདིའི་མཐུས་ན་བདག་ཅག་གི་སྤྱག་བསྟུན་གྱི་བྱེད་པར་བའི་བར་གྱུར་  
ཏོ། །སྟུམ་ནས་དེ་དག་སྟུམ་པ་ལ་མངོན་པར་སེམས་དད་པ་ལས་དེ་དག་སེམས་ཅན་



ན་ནི་ཕྱག་གཡོན་པའི་མཐེལ་དུ་མི་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །འཁོར་ལོས་སྤྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་  
ལུང་བསྟན་པར་བཞེད་ན་ནི་ཕྱག་གཡམས་པའི་མཐེལ་དུ་མི་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །ལྷར་སྤྱེ་  
བར་ལུང་བསྟན་པར་བཞེད་ན་ནི་ལྷེ་བར་མི་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
ལུང་བསྟན་པར་བཞེད་ན་ནི་ཞལ་གྱི་ནང་དུ་མི་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བྱང་ཆུབ་ཏུ་ལུང་བསྟན་པར་བཞེད་ན་ནི་མཛོད་སྤྱར་མི་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །ཟླ་ན་མེད་པ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ལུང་བསྟན་པར་བཞེད་ན་ནི་གཙུག་ཏྲར་གྱི་ནང་དུ་  
མི་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ནས་འོད་དེ་དག་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱོར་རྟེ། བཅོམ་ལྡན་  
འདས་ཀྱི་ཞལ་དུ་མི་སྤང་བར་གྱུར་རྟེ། །དེ་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་ཐལ་མོ་  
སྤྱར་རྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཞུས་པ།

རྣམ་པ་སྤྲ་ཆོགས་ཁ་དོག་སྟོང་གིས་བརྒྱན། །

ཞལ་གྱི་ནང་ནས་མང་པོ་འབྱུང་བ་དག།

ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་སུ་གང་གིས་སྤང་མཛད་པ། །

སྤང་བྱེད་ཤར་བས་རི་ལྷར་དེ་བཞིན་ནོ། །

ཡང་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་སྤྲས་པ།

འཕྱར་བ་མེད་ཅིང་མི་དགའ་བྲེགས་སྤངས་པ། །

སངས་རྒྱས་སྤྱེ་བོ་མཆོག་གི་རྒྱར་གྱུར་རྟེ། །

རྒྱ་མ་མཆིས་པར་དུང་དཀར་བད་མའི་ཅ། །

མགོན་པོ་བརྟན་པ་རྒྱ་མཆོ་རི་བོ་བཞིན། །

རྒྱ་མེད་པར་ནི་སངས་རྒྱས་བཞད་མི་མཛད། །

འཇུག་པ་མི་སྟོན་རྒྱལ་བ་དབྱ་པམ་མཛད། །

དེ་ཆེ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་ཤིང་བསྟན་པའི་ཟློ། །

ཉན་པ་རྒྱལ་དབང་ལས་ནི་ཐོས་པར་འཆལ། །  
ཐུབ་པ་ཁྱུ་མཆོག་བརྟན་ཆོག་དམ་པས་ནི། །  
ཐེ་ཆོས་སྒྲིག་པ་མཆོག་གིས་བསལ་བར་མཛོད། །  
བརྟན་པས་གང་གིས་ཕྱིར་ནི་འཇུག་བརྟན་པ། །  
སྒྲི་བོ་མང་པོ་འདི་དག་ཐོས་པར་འཆལ། །

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། དེ་བཞིན་ནོ། །ཀུན་དགའ་བོ་རྒྱ་མེད་རྒྱུ་མེད་པར་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དགའ་ནི་འཇུག་  
པ་མི་མཛད་དོ། །ཀུན་དགའ་བོ་ཁྱོད་ཀྱིས་བུ་མོ་ཆོས་སྒྲིག་མ་ལ་དག་སྟོང་མའི་དག་འདུན་  
དང་དཔེ་བཀའ་དག་སྟོང་མ་ལྟན་པའི་ཁ་དོག་མ་ཐོན་པར་བཏང་སྟེ། སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་  
གསུམ་ནས་རིམ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་བྱུང་ལ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཆོས་རྒྱལ་དང་རྗེས་སུ་འབྲང་  
བའི་ཆོས་རྒྱལ་གི་བསྐྱབ་པའི་སྒྲིམ་པ་ཡང་བྱིན་ནོ། །དེ་ནི་སང་བག་མར་གཏོང་སྟེ། དེའི་  
ཕྱིར་སྒྲི་བོ་མང་པོ་འདུས་པ་རྣམས་མཐོང་ངམ། བརྟན་པ་མཐོང་ངོ། །ཀུན་དགའ་བོ་བུ་མོ་  
དེ་སྐར་ཁྱིམ་དུ་མི་མོར་གནས་པའི་སྐབས་མ་ཡིན། གནས་མ་ཡིན་ཏེ། དགའ་བར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་འདོད་པའི་ལོངས་སྟོན་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱད་པའི་གནས་སུ་འདི་མི་འགྱུར་གྱི་འདི་ནི་ད་  
ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་སྟེ་དགྲ་བཅོམ་པ་མཛོད་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་ངོ། །

ཀུན་དགའ་བོ་མོང་སྟེ་དག་སྟོང་མ་རྣམས་འདི་ལྟར་ཆོས་སྒྲིག་མས་ནི་ལོ་གཉིས་ཀྱི་  
བར་དུ་ཆོས་རྒྱལ་དང་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཆོས་རྒྱལ་གི་བསྐྱབ་པ་བསྐྱབས་ཐེན་གྱིས་དེ་ད་  
ལྟན་པའི་ཁ་དོག་མ་ཐོན་པར་ཐོངས་ལ་དེ་ཆངས་པར་སྦྱད་པ་སྦྱེད་པའི་སྒྲིམ་པ་བྱིན་ཅིག་  
པར་བསྐྱོས་ཤིག །བརྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་འཆལ་ལོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་བཅོམ་  
ལྷན་འདས་ལས་མཉན་ཏེ་དག་སྟོང་མ་དག་ལ་བསྐྱོ་བ་དང་། དག་སྟོང་མའི་དག་འདུན་  
ཀྱིས་ཀྱང་ལྟན་པའི་ཁ་དོག་མ་ཐོན་པར་བསྐྱོས་ཏེ་བཏང་ངོ། །དེ་སོང་ནས་བུ་མོ་ཁྱོད་ནི་  
དག་སྟོང་མའི་དག་འདུན་གྱིས་ཆངས་པར་སྦྱད་པ་སྦྱེད་པའི་སྒྲིམ་པ་གནང་གིས་ད་ནི་ཁྱོད་

བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱའོ། །ཅི་ནས་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཤད་པ་དེས་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་སྤར་  
མི་ལྟོག་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་ཏུ་བྱས་ནས་རྩ་འབྲལ་བསྐྱབས་སོ། །ཟུན་པའི་ཁ་དོག་མ་  
སོང་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་གསོལ་རྟོ། །

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། ཀུན་  
དགའ་བོ་སོང་སྟེ། དགེ་སློང་མ་དག་ལ་འདི་ལྟར་ངས་གནང་གིས་དགེ་འདུན་སྡེ་གཉིས་  
ཀྱིས་ཟུན་པའི་ཁ་དོག་མ་ཐོན་པར་ཐོང་སྟེ། བུ་མོ་ཆོས་སྤྱོད་མ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་  
ཀྱིས་ཤིག་ཅེས་བསྐོས་ཤིག་བཅུན་པ་དེ་ལྟར་འཆལ་ལོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ལས་མཉན་ཏེ་དགེ་སློང་མ་དག་ལ་བསྐོའོ། །དགེ་སློང་མའི་དགེ་འདུན་  
ཀྱིས་དགེ་འདུན་སྡེ་གཉིས་ཀ་བསྐྱས་ཏེ་ཆོས་སྤྱོད་མ་བྲིས་དེ་ན་འདུག་བཞིན་ཏུ་ཟུན་པའི་ཁ་  
དོག་མ་ལས་ཐོན་ཀྱིས་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ་ཟུན་པའི་ཁ་དོག་མ་སོང་སྟེ། དེ་ལ་  
ཁྱོད་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གནང་སྟེ། དགེ་འདུན་སྡེ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟེན་པར་རྫོགས་  
པར་བྱས་སོ་ཞེས་བསྐོའོ། །འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཀྱང་བཤད་དེ་དེ་ཐོས་པས་ན་དགེ་སློང་མ་  
ཆོས་སྤྱོད་མས་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་དུས་བུ་ལྔ་པོ་འདི་གཡོ་བ་དང་མི་གཡོ་བར་ཤེས་ཏེ།  
འདུས་བྱས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཐམས་ཅད་འདིག་བ། ལྟར་བ་རྣམ་པར་འགྲེས་བ། རྣམ་པར་ཞིགས་  
པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་བཅོམ་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ། དབྱ་བཅོམ་པ་  
མངོན་ཏུ་བྱས་ནས་དབྱ་བཅོམ་པར་གྱུར་ཏེ་ཁམས་གསུམ་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ།  
གསེར་དང་བོང་བ་འབྲ་བ། རྣམ་མཁའ་ལ་ལག་མཐིལ་ཆགས་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་ཏུ་མཉམ་  
པའི་སེམས་སྟེང་དང་ཅན་དན་ཏུ་འབྲ་བ་རིག་པས་སྒོ་ངའི་སྐྱབས་བཅོམ་བ། རིག་པ་དང་  
མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་། སོ་སོར་རིག་པ་རྣམས་ཐོབ་པ་སྤྱིད་པའི་འདོད་པ་ལ་ཆགས་པ་  
དང་། བཀའ་སྟེ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་སྤྱོགས། དབང་པོ་དང་ཉེ་དབང་པོ་དང་ལྟར་བཅས་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་མཆོད་པ་དང་། བྱག་བྱ་བ་དང་། ཆོག་གིས་སྟོན་པ་བརྗོད་པར་གྱུར་རྟོ། །

དག་བཅོམ་པའི་དགེ་སྦྲེང་མ་ཐག་པ་ཐད་པ་ཁྱིམ་པར་ཁྱིམ་ན་གནས་པའི་སྐབས་  
མ་ཡིན་གནས་མ་ཡིན་ཏེ། དག་འབར་བ་བྱ་བའི་ཕྱིར་འདོད་པའི་མངས་སྤྱད་པ་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་  
པའི་གནས་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་ཆོས་སྦྱོར་མ་དག་བཅོམ་པ་མངོན་དུ་བྱས་པ་དང་དེའི་ཆེ་བ་  
མ་ལ་ཡལ་དང་ཡུམ་བདག་གིས་ནི་དག་བཅོམ་པ་མངོན་དུ་བགྱིས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོའི་ཀྱན་  
དགར་དགེ་སྦྲེང་མའི་དབྱར་མོ་ཁང་དུ་མཆིན་གནང་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་སྤྲས་པ་དང་།  
ཁྱིམ་བདག་བྱིན་པ་དང་། རྒྱུ་མ་དང་གཉིས་གྲོས་བྱས་ནས་བུ་མོ་དེ་ལྟར་ན་བདག་ཅག་ལ་  
རྒྱལ་པོས་གྲོད་མས་པར་མི་འགྱུར་རམ། དེ་ལ་རིམ་བཞིན་དུ་བྱས་ཏེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
དང་ལྡན་ཅིག་ཏུ་སོང་ཞིག་ཅེས་སྤྲས་པ་དང་། དེས་སྤྲས་པ་ལེགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བགྱིའོ། །

དེ་ནས་ཁྱིམ་བདག་བྱིན་པས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་སོགས་ཏེ་དགེ་  
སྦྲེང་གི་དགེ་འདུན་དག་ཁྱིམ་དུ་སྦྱོན་བྱངས་ཏེ། ཁྱིམ་བདག་རི་དྲགས་སྤྲེལ་མཛའ་བོ་བུ་མོ་  
ཆོས་སྦྱོར་མ་ནི་ཁྱིམ་དུ་གནས་སུ་མི་བུ་བ་སྟེ། རབ་ཏུ་འབྱུང་དུ་གདོན་མི་ཐས་ཚུར་ཤོག་  
ལ། དེ་ནས་ཀྱིས་སྤང་བར་ཀྱིས་ཤིག་ཅེས་སྤྲིང་ངོ། །ཁྱིམ་བདག་རི་དྲགས་སྤྲེལ་གྲང་ཡུལ་  
གོ་ས་ལའི་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་གསོལ་ནས། མཛའ་བོ་དང་། བུ་བྱ་དང་། གཉེན་དང་།  
སྤྲེལ་པོ་མང་པོ་དག་སྤྱད་པ་ལ་ཞུགས་སོ། །

ཁྱིམ་བདག་བྱིན་པས་དེའི་བུ་མོ་གཙང་ཞིང་བསོད་པའི་བཟའ་བ་དང་། བཅའ་བ་  
དག་སྦྱར་ནས། ཉན་པར་ལྟར་ལངས་ཏེ་གདན་བཞིང་ཆུ་བྱམ་པ་བཀའ་སྟེ་བཞག །བཅོམ་  
ལྡན་འདས་ལ་སྦྱོན་འདྲེན་པས་བཙུན་པ་བཞོས་ཀྱང་ལགས་གདུགས་ཆོད་ལ་ཡང་བབ་ན་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ད་དུས་ལ་བབ་པར་དགོངས་ཤིག་ཅེས་དུས་གསོལ་པ་དང་། དེ་ནས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་སྤྱི་བོའི་དུས་ན་ཤམ་ཐབས་གསོལ་ལྟར་བཟེད་དང་། ཆོས་གོས་བསྐྱམས་  
ཏེ། དགེ་སྦྲེང་མང་པོ་དག་གིས་བསྐྱོར། དགེ་སྦྲེང་གི་དགེ་འདུན་ཀྱིས་མདུན་དུ་བྱས་ནས་  
ཁྱིམ་བདག་བྱིན་པའི་ཁྱིམ་གང་ན་བ་དེར་གཤེགས་སོ། །དེར་བྱིན་པ་དང་། དགེ་སྦྲེང་གི་  
དགེ་འདུན་གྱི་མདུན་དུ་སྦྱོན་བཞིང་བ་ལ་བཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་བྱིས་པ་དག་གི་སྤྱི་ཕྱི་ལོ་མཇུག་པོ་དང་། ལུ་ལུ་དང་། གཉེན་དག་གིས་བསྐྱོར་  
ཏེ། སངས་རྒྱས་དང་། དགེ་སློང་གི་དགེ་འདུན་དག་བདེ་བར་བཞུགས་པར་ཤེས་ནས་  
གཙང་ཞིང་བསོད་པའི་བཟའ་བ་དང་། བཅའ་བ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལག་གིས་དར་ཏེ་ཆོས་པ་  
དང་། ཡང་དག་པར་བསྟུབས་སོ། །དེའི་སྐབས་སུ་བྱིས་པ་དག་རི་དྲགས་སྤྲེལ་མཇུག་པོ་  
དང་། ལུ་ལུ་དང་། གཉེན་དང་། གཞོན་ལུ་དང་། རྫོན་པོ་དང་། རྩོང་ཁྲིམ་པ་དང་། རྩོངས་ཀྱི་  
སྤྱི་པོ་མང་པོ་དང་། ལྷན་ཅིག་བྱ་ས་ག་བསྐྱུང་བ་དང་། བཟ་ཤེས་དང་ཞི་བ་དག་བྱས་ཏེ་  
བག་མ་ལེན་པར་ཆས་ཏེ་བྱིས་པ་དག་གི་སྤྱི་དྲུང་ཉིད་ལ་འཁོད་དོ། །བྱིས་པ་དག་གི་སྤྱི་  
ཕྱི་ལོ་མཇུག་པོ་དང་། དགེ་སློང་གི་དགེ་འདུན་ལ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལག་ནས་དར་ཏེ་ཆོས་པར་  
བྱས། ཡང་དག་པར་བསྟུབས་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་པ་ཤོས་གསོལ་ནས། བྱག་བཅའ་ས་  
ལྷང་བཟེད་སྤངས་པར་ཤེས་ནས་ལྷན་དམའ་བ་ཞིག་བཏིང་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱི་  
ལྷང་ཆོས་ཉན་པའི་ཕྱིར་མཇུག་པོ་དང་། ལུ་ལུ་དང་། གཉེན་དྲུང་བཅས་ཏེ་འཁོད་དོ། །

དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བྱིས་པ་མཇུག་པོ་དང་། ལུ་ལུ་དང་།  
གཉེན་དག་ལ་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་གྱིས་ཡང་དག་པར་བསྟུན། ཡང་དག་པར་བསྐྱུལ། ཡང་དག་  
པར་གཟེངས་བསྟོད། ཡང་དག་པར་མགྱ་བར་བྱས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་གཏམ་རྣམས་བྱང་སུ་  
མར་ཡང་དག་པར་བསྟུན། ཡང་དག་པར་གཟེངས་བསྟོད། མགྱ་བར་བྱས་ཏེ་གདན་ལས་  
བཞེངས་ནས་བཞུད་དོ། །དགེ་སློང་མ་ཆོས་སྤྱི་མ་ཡང་ཁམས་གསུམ་གྱི་གཉེན་པོ་ཐོབ།  
མི་འཛིགས་པ་ཐོབ་པོ། །དེ་དག་བག་མར་སྤངས་པའི་དུས་ལ་བབ་ནས་བྱིས་པ་དག་རི་དྲགས་  
སྤྲེལ་བྱ་ས་གས་ཀྱང་མཇུག་པོ་དང་། ལུ་ལུ་དང་། གཉེན་དང་། གཞོན་ལུ་དང་། རྫོན་པོ་  
དང་། རྩོངས་ཀྱི་སྤྱི་པོ་མང་པོ་དང་། ལྷན་ཅིག་ཏུ་དེར་སེལ་སྤྱི་རྣམས་པ་སྤྱི་ཆོགས་པ་ཁྲིམ་པ་  
དང་། རྩོང་གསོལ་ཏོ། །

ཆོས་སྤྱི་མ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཕྱི་བཞིན་འབྱུང་བར་འདོད་པ་དང་། དེ་ནས་  
བྱིས་པ་དག་རི་དྲགས་སྤྲེལ་བྱ་ས་གས་འབྲལ་ལ་དབྱུང་བ་བརྒྱུད་ནས་ཆོས་སྤྱི་ཀྱི་ལག་པ་



ནས་གཟུང་བར་བཤམས་པ་དང་། ཆོས་སྤྱོད་མ་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་བརྒྱ་སྟོང་གིས་  
མཛོང་བཞིན་དུ་ངང་བའི་རྒྱལ་པོ་འདབ་མ་བརྒྱང་བ་བཞིན་ནམ་མཁའ་ལ་འཕུར་ཏེ་ནམ་པ་  
སྤྲ་ཆོགས་ཀྱི་ཆོ་འཕྲུལ་བསྟན་པ་དང་། དེ་ནས་ཁྱིམ་བདག་རི་དྲགས་སྤྱིའི་མཛའ་པོ་དང་།  
ཕུ་བྱ་དང་། གཉེན་དག་དང་། གཞོན་བྱ་དང་། ཆོན་པོ་དང་གོང་ཁྱེར་པ་དང་། སྤྲོངས་ཀྱི་སྤྱེ་  
པོ་མང་པོ་དང་། ཁྱིམ་བདག་རི་དྲགས་སྤྱིའི་བྱ་ས་ག་དང་། གཞན་ཡང་ལྟ་མོ་ལ་ལྟགས་  
པའི་སེམས་ཅན་དག་ངོ་མཆར་ཆེར་གྱུར་ནས་ཤིང་ཅ་བ་ནས་བཅད་པ་བཞིན་དུ་རྒྱང་པ་ལ་  
ཕྱག་འཆའ་ནས། སྤང་མོ་འདི་འབྲ་བའི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་འཛོལ་ན་ཁྱོད་འདོད་ཆགས་ལ་  
སྟོད་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་གནས་མ་ཡིན་ཏེ། བཅོད་པར་གསོལ་ལོ་ཞེས་སྤྲས་པ་དང་། དེ་  
ནས་ཆོས་སྤྱོད་མ་ནམ་མཁའ་ལས་བབས་ཏེ། སྤྱེ་པོ་མང་པོ་དག་གི་མདུན་དུ་འདུག་ནས་  
འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཤད་དེ་སེམས་ཅན་མང་པོ་བརྒྱ་སྟོང་གིས་ཐོས་ནས་བྱད་པར་ཆེར་  
ཉོགས་ཏེ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་སོ། །

ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ལན་གཅིག་ཕྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བུ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཕྱིར་མི་འོང་  
བའི་འབྲས་བུ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་རབ་དུ་བྱུང་ནས་ཉོན་  
མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་དབྱ་བཅོམ་པ་མངོན་དུ་བྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཉན་ཐོས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དུ་ཁ་  
ཅིག་གིས་ནི་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་འོ། །འཁོར་དེ་དག་ལས་  
པལ་ཆེར་སངས་རྒྱས་ལ་གཞོལ་ལ། ཆོས་ལ་འབབ་དགེ་འདུན་ལ་རབ་དུ་བབ་པར་བཞོད་  
དོ། །དེ་ནས་དགེ་སྟོང་མ་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དང་། ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་རྟེན་སེམས་  
ཅན་ཀྱི་དོན་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ག་ལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་ཕྱིན་པ་དང་། བཅོམ་  
ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་ཕྱག་འཆའ་ནས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བྱང་ནས་སོང་  
ངོ། །



མི་ནམས་ཀྱི་སྟོན་པ། སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྡན་འདས་ཡུལ་འཁོར་མོ་འཛིག་གི་གྲོང་ཁྱིམ་ན་  
བཞུགས་ཤིང་བྲང་སྟོང་གནས་ཀྱི་རི་དྲགས་ཀྱི་ཆལ་ན་བཞུགས་སོ། །

དེའི་དུས་ན་ཡུལ་འཁོར་མོ་འཛིག་ན་ཁྱིམ་བདག་གཞན་ཞིག་གནས་པ་དེས་  
རིགས་དང་མཉམ་པ་ལས་རྒྱུ་མ་སྒྲངས་ཏེ་དེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཅེ་དགའ་ཡོངས་སུ་སྟོན་  
དོ། །དེ་ལ་ཅེ་དགའ་ཡོངས་སུ་སྟོན་པ་དང་། དེ་དུས་ཕྱི་ཞིག་ན་རྒྱུ་མ་སེམས་ཅན་དང་  
ལྷན་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་ཆེ་བ་བརྒྱད་དམ་དགུ་འདས་པ་དང་། དེ་ལས་བྱ་མོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་དེ་  
ཞག་བདུན་གསུམ་ཉི་ཤུ་གཅིག་གི་བར་དུ་བཙས་པའི་བཙས་སྟོན་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཆེར་བྱས་ཏེ།  
རིགས་དང་མཐུན་པའི་མིང་བཏགས་ནས། དེ་ནས་ལུས་ཆེར་གྱུར་པ་དེ་ན་རབ་དུ་འབྱུང་  
བར་འདོད་པས་དེའི་པ་མ་དག་གིས་རབ་དུ་འབྱུང་དུ་མི་སྟེར་དོ། །ཁྱིམ་དེ་ནི་དགོ་སྟོང་མ་  
ཁན་མོ་གཞན་ཞིག་རིགས་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་། དེའི་ཁྱིམ་དུ་དུས་དུས་སུ་འོང་དོ། །བྱ་  
མོ་དེས་དགོ་སྟོང་མ་ཁན་མོ་དེ་ལ་འཕགས་མ་བདག་ནི་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཆོས་འདུལ་  
བ་ལ་རབ་དུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་དགོ་སྟོང་མའི་དངོས་པོར་འཆལ་ན། བདག་  
གི་པ་མས་མི་གནང་ཞིང་ཁྱིམ་ལས་ཕྱིར་འབྱུང་དུ་ཡང་མི་སྟེར་ན། གནས་འདི་ཉིད་དུ་རབ་  
དུ་འབྱུང་བར་ཅུས་སམ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་དང་། དེས་བྱ་མོ་བཙུག་ལྡན་འདས་ལ་ཞུས་ཏེ་བྱའོ་  
ཞེས་སྒྲིམ་ནས། བཙུག་ལྡན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་ལ་  
ཞུས་པ་དང་། དེ་ཉིད་ཐོན་པར་བཏང་སྟེ། ཁྱིམ་ན་འདུག་བཞིན་དུ་རབ་དུ་བྱུང་ནས་དགོ་  
སྟོང་མའི་སྟོན་པ་གནང་ནས་དགོ་འདུན་སྟེ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ།  
དགོ་སྟོང་མ་ཁན་མོ་དེས་དེ་ལ་ཆོས་བཤད་པ་དང་། དེ་ཁྱིམ་ན་འདུག་བཞིན་དུ་དག་བཙུག་  
པ་མངོན་དུ་བྱས་སོ། །

དེ་ནས་དགོ་སྟོང་མ་ཁན་མོས་བསམས་པ། བྱ་མོ་འདིས་ཁྱིམ་ན་འདུག་བཞིན་དུ་  
ཐོན་གྱིས་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་ཐོབ། ཁྱིམ་ན་འདུག་  
བཞིན་དུ་དག་བཙུག་བཙུག་པ་མངོན་དུ་བྱས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་ལས་གྱུར་ཏེ། བདག་

གིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་འོད་སྤང་གི་ཆེ་ཆངས་པར་  
སྤྱད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་འོད་  
སྤང་གིས་བྲམ་ཟེའི་བྱེད་ཆུ་མ་ལ་བྲམ་ཟེའི་བྱ་ཁྱིད་སྤྱེ་དགུ་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་པའི་ཆེ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་འོད་སྤང་ཐུབ་  
པ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་དེའི་བསྟན་པ་ལ་འདི་ལྟར་བདག་ཁྱིམ་ན་  
འདུག་བཞིན་དུ་ཐིན་གྱིས་རབ་དུ་བྱུང་། བསྐབ་པའི་སྟོམ་པ་དང་། དགོ་སྤྱོད་མའི་དངོས་པོ་  
ཐོབ་ཅིང་ཁྱིམ་ན་འདུག་བཞིན་དུ་དག་བཅོམ་པ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། རི་ལྟར་བདག་གི་  
མཁན་ལོ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་འོད་སྤང་གིས་ཆོས་ཀྱི་  
གཏམ་སྤྱོད་པའི་ནང་ན་མཆོག་དུ་བསྟགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གྲང་ལྟ་ཐུབ་པ། བཅོམ་  
ལྷན་འདས་ལྟ་འདི་རྒྱལ་པོས་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་སྤྱོད་པའི་ནང་ན་མཆོག་དུ་བསྟགས་པར་ཤོག་  
ཤིག་ཅེས་སྤྱོད་པོ། །དགོ་སྤྱོད་དག་རི་སྟོན་དུ་སེམས། དགོ་སྤྱོད་མ་ཁན་ལོ་དེ་ནི་ད་ལྟར་གྱི་  
དགོ་སྤྱོད་མ་ཆོས་སྤྱོད་མ་འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱུ་འོད་སྤང་གི་དྲུང་ན་འདིས་ཆེ་གཅིག་དུ་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་སྤྱད་དེ། སྟོན་ལམ་  
ཀྱི་མཐུས་ན་ཁྱིམ་ན་འདུག་བཞིན་དུ་ཐིན་པས་རབ་དུ་བྱུང་། བསྐབ་པའི་སྟོམ་པ་དང་།  
བསྟོན་པར་རྫོགས་ཤིང་དགོ་སྤྱོད་མའི་དངོས་པོ་ཡང་འཛོམ། ཁྱིམ་ན་འདུག་བཞིན་དུ་དེས་  
ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་དག་བཅོམ་པ་མངོན་དུ་བྱས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
གྲང་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་སྤྱོད་པའི་ནང་ན་མཆོག་དུ་བསྟགས་པོ། །

དེ་ལྟ་བུ་བས་ན་དགོ་སྒྲོང་དག་ལས་གཅིག་ཏུ་གནག་པ་ནི་ཆུས་པར་སྒྲིབ་པ་ཡང་  
གཅིག་ཏུ་གནག་དཀར་བ་ནི་གཅིག་ཏུ་དཀར་རོ། །འདྲེས་པ་ནི་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པའོ། །དེ་  
ལྟ་བུ་བས་ན་དགོ་སྒྲོང་དག་གཅིག་ཏུ་གནག་པ་དང་། འདྲེས་པའི་ལས་སྒྲོངས་ལ་གཅིག་ཏུ་  
དཀར་བའི་ལས་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། དགོ་སྒྲོང་དག་དེ་ལྟ་བུར་བསྐྱབ་པར་ཁྱོས་

ཤིག །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་བ་དང་། དགོས་པ་དེ་དག་བཅོམ་  
ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཤད་བ་ལ་ཡི་རངས་ཏེ་མངོན་པར་དགའོ། །

༡༡། །དགོས་པ་མཆོས་བྱིན་མས་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་དབྱར་ཁང་  
གི་ས་བསྐྱང་ཞིང་ཉེ་འཁོར་གྱི་བྱད་མེད་དང་སྤྲེས་པ་དག་  
རྒྱན་ཏུ་བྱགས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བཀོད་ཚུལ།

།འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་བ་ལས་བརྒྱས།<sup>1)</sup>

སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་མཉན་ཡོད་ན་རྒྱལ་བྱེད་གྱི་ཆལ་མགོན་མེད་ཟས་སྤྱིན་གྱི་  
ཀྱན་དགའ་ར་བ་ན་བཞུགས་སོ། །མཉན་ཡོད་ན་དགོས་པ་སྤྲེད་གྲུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་  
གོ་ཏ་མྱེ་དང་། ཆོས་བྱིན་གཉིས་ལས་སྤྲེད་གྲུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གོ་ཏ་མྱེ་ནི་སྤོང་བ་མ་  
འཁོར་ཡང་སྤོང་བ་མ་དང་ལྷན་བ་ཡིན་ལ། ཆོས་བྱིན་ནི་མདོ་སྤེའི་མཐའ་བ་འཁོར་ཡང་མདོ་  
སྤེའི་མཐའ་བ་དང་ལྷན་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་དབྱར་ཁང་ཅིག་ཏུ་གནས་པར་ཁས་སྦྲངས་  
ནས་གང་གི་ཆེ། སྤྲེད་གྲུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གོ་ཏ་མྱེ་འཁོར་རྣམ་པར་ལངས་པར་གྱུར་བ་  
དེའི་ཆེན་ཆོས་བྱིན་གྱིས་རང་གི་འཁོར་ལ་རུ་མོ་དག་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དགོས་པ་  
རྣམས་ལ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་རྫོགས་པར་བསྟེན་བ་དགོས་པའི་དངོས་པོ་རྗེས་སུ་གནང་  
བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་སྤྲེད་གྲུའི་བདག་མོ་ཆེན་མོ་གོ་ཏ་མྱེ་ལས་བཏེན་བ་ཡིན་ལ།  
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་གྱི་སེམས་སྤྱང་བའི་གང་ཟག་ནི་བསོད་ནམས་མང་ཏུ་

<sup>1</sup> བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྟར་མ། འདུལ་བ། །ཆེད་དེ་བ་ཨང་ ༤ བ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟར་ཁང་། ༢༠༠༤ ལོ། ཞོག་  
གངས་ ༩༩༩ བ་དང་། འཕགས་བོད་ཀྱི་སྤྲེས་ཆེན་མ་དག་གི་རྣམ་པར་ཐར་བ་བསྐྱོད་གྲུང་གོའི་ཕྱི་ལོ། །སྟོན་ཆ་སྤྲེད་པ་  
བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་སྟར་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཞོག་གངས་ ༡༥༤ ལྟས་ ༡༤༥ བར་བཞུགས་བ་ལས་བརྒྱས་པའོ།

སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱིས། བྱེད་ཅག་ཀྱང་རེ་ཞིག་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱ་  
བ་སྒོམས་ཞིག་ཅེས་འདོམས་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་དག་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱ་བ་སྒོམ་  
པར་ཅོམ་མོ། །

གང་གི་ཆེ་ཆོས་བྱིན་གྱི་འཁོར་རྣམས་པར་ལངས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ན་སྐྱེད་གྱུའི་  
བདག་མོ་ཆེན་མོ་གོ་ཏེ་སྤྱི་ཡང་རང་གི་འཁོར་ལ་རུ་མོ་དག་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བསྐྱེད་  
པ་གངས་མེད་པ་གསུམ་གྱིས་དཀའ་བ་སྦྱོར་པ་བརྒྱ་སྟོང་ཕྲག་དུ་མ་དག་གིས་པ་རོལ་དུ་  
བྱིན་པ་དུག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མཛད་དེ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་མཁའ་པ་སྤྲུགས་སུ་ཆུད་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ལ་པན་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
ཀྱང་གཞན་གྱི་སེམས་སྤང་བའི་གང་ཟག་ནི་བསོད་ནམས་མང་པོ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
གསུངས་ཀྱིས། བྱེད་ཅག་ཀྱང་རེ་ཞིག་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་མདོ་སྤེའི་མཐའ་དག་ཁ་  
ཏོན་གྱིས་ཞིག་ཅེས་འདོམས་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་དག་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་མདོ་  
སྤེའི་མཐའ་དག་ཁ་ཏོན་དུ་བྱེད་པར་ཅོམ་མོ། །དགོས་སྟོང་མ་དག་དེ་ལྟར་པན་ཆུན་སེམས་  
རྗེས་སུ་སྤང་བས་དགོས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་མི་འཕེལ་ཏེ། རྒྱ་མེད་པ་ནས་ལྷན་ལ་བཞུགས་  
ནོ། །ཆོས་བྱིན་ལ་དགོས་བསྐྱེད་ས་ག་ཞེས་བྱ་བ་མདོན་པར་དད་པས་དེས་ཡོ་བྱད་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་དེ་མགོན་དུ་བོས་སོ། །

དུས་གཞན་ཞིག་ན་དགོས་བསྐྱེད་ས་ག་ཆོས་བྱིན་གྱི་རྒྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆམ་དུ་  
འོངས་པ་དང་། ཆོས་བྱིན་གྱིས་དེ་ལ་སྦྱས་པ། བཞུགས་བཟངས་དགོས་སྟོང་མ་རབ་དུ་མང་པོ་  
དག་དབྱར་ཁང་གཅིག་དུ་གནས་པར་ཁས་སྒྲུངས་པས་དེ་དག་པན་ཆུན་སེམས་རྗེས་སུ་  
སྤང་བས་དགོས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་མི་འཕེལ་ཏེ་རྒྱ་མེད་པ་ནས་ལྷན་ལ་བཞུགས་དུ་གྱུར་ན་  
ཁྱོད་ཀྱིས་དགོས་སྟོང་མའི་དགོས་འདུན་གྱི་ཕྱིར་དབྱར་ཁང་བྱེད་དུ་འཇུག་ཀྱང་སེམས་  
པ། འཕགས་མ་བདག་ལ་ཀླར་ཕྱོད་པ་ཏེ་དག་ནི་མཆིས་ན་ས་གཞི་རྒྱལ་པོ་དབང་བས་ས་  
གཞིའི་སྤྱད་དུ་རྒྱལ་པོ་ལ་གསོལ་བ་མཛོད་ཅིག་དང་དེར་བདག་གིས་དབྱར་ཁང་བཞུགས་དུ་

ལྷུ་ལ་རྟོ། །དག་སྒོར་མ་ཆོས་བྱིན་བཅུན་མོ་སྒོར་ལྷན་མའི་གན་དུ་སོང་བ་དང་། བཅུན་མོ་  
སྒོར་ལྷན་མས་སྒྲུས་པ། འཕགས་མ་བྱོན་བ་ལེགས་སོ། །བྱོན་བ་ལེགས་སོ། །

འཕགས་མ་སྐྱོད་ཅི་ཞིག་གི་སྐད་དུ་བྱོན། བདག་དགོས་མའི་དབྱར་ཁང་ཞིག་  
བཟུང་དུ་སྟོལ་བར་འཆའ་ན། ས་གཞི་རྒྱ་པོར་དབང་བས་ས་གཞིའི་སྐད་དུ་རྒྱལ་པོ་ལ་  
གསོལ་བ་བཟུང་བར་འཆའ་ལོ། །འཕགས་མ་ཁྱོད་བཞུད་ཅིག་དང་། བདག་གིས་འཕགས་  
མའི་སྐད་དུ་ལྟ་ལ་གསོལ་བར་བཟུང་། །ཆོས་བྱིན་སོང་བ་དང་བཅུན་མོ་བྲང་ལྟན་མ་གོ་ས་  
ལར་བྱང་བའི་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་གན་དུ་སོང་སྟེ་དེས་སྐྱས་པ། ལྟ་ཁྱོད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དུ་  
འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་བྱོན་པར་བྱུང་བ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆེད་པ་ལེགས་པར་ཆེད་དོ། །དེ་ཅིའི་  
སྐད་དུ་བྱོན། དེ་དགོས་མའི་དབྱར་ཁང་ཞིག་བཟུང་དུ་སྟོལ་བར་བཞེད་ནས། དོག་ས་  
རྒྱལ་པོ་མངའ་བས་དོག་སའི་སྐད་དུ་རྒྱལ་པོ་ལ་གསོལ་བ་བཟུང་ཅེས་མཆོད། །རྒྱལ་པོས་  
སྐྱས་པ། གལ་ཏེ་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་རེ་ཞིག་གནས་འདི་ཉིད་དུ་བཞེད་ན་ཡང་དེ་འདི་ཉིད་  
དུ་བཞུགས་ལ་རག་སྟེ། ངའི་ཕོ་བྲང་གཞན་དུ་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ། །གལ་ཏེ་མི་བཞེད་ན་གང་  
དུ་དབྱེས་པ་དེ་དབྱར་ཁང་བཟུང་དུ་སྟོལ་ལ་རག་གོ། །བཅུན་མོ་བྲང་ལྟན་མས་ཆོས་བྱིན་ལ་  
སྐྱས་འཕགས་མ་ལ་དམ་པ་གསོལ་རྟེ། གལ་ཏེ་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་གནས་འདི་ཉིད་དུ་  
བཞེད་ན་ཡང་དེ་འདི་ཉིད་དུ་བཞུགས་ལ་རག་སྟེ་ངའི་ཕོ་བྲང་གཞན་དུ་བྱེད་དུ་གཞུག་  
གོ། །གལ་ཏེ་མི་བཞེད་ན་གང་དུ་དབྱེས་པ་དེར་དབྱར་ཁང་བཟུང་དུ་སྟོལ་ལ་རག་ཅེས་བྱུང་  
ངོ་ཞེས་སྒྲིང་ངོ་། །

ཆོས་སྤྱིན་གྱིས་དགེ་བསྟན་ས་ག་ལ་གོ་ས་ལར་བྱུང་བའི་སྐལ་པོ་གསལ་སྐལ་  
 གྱིས་བདག་ལ་དམ་པ་བྱིན་ཏེ། གལ་ཏེ་འཕགས་མ་ཆོས་སྤྱིན་རེ་ཞིག་གནས་པའི་ཉིད་དུ་  
 བཞུགས་ལ་རག་སྟེ་འཕྲོ་བའི་ཐོ་བྱང་གཞན་དུ་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ། གལ་ཏེ་མི་བཞེད་ན་གང་དུ་  
 དཔྱེས་པ་དེར་དབྱར་ཁང་བཞེད་དུ་སྟོང་ལ་རག་ཅེས་བྱུང་ངོ་ཞེས་སྤྱིང་ངོ། །གོ་ས་ལར་  
 བྱུང་བའི་སྐལ་པོ་གསལ་སྐལ་ལ་རལ་གྱི་འཕྲུ་ཅན་དང་། སྐལ་རིགས་བཟང་པོ་བ་ཞེས་བྱ་

བའི་ཁྲིམ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། རལ་གྱི་འཇུ་ཅན་གྱི་ཁྲིམ་དཔག་གི་གནས་སུ་སོང་བ་  
དང་། དེ་དག་གི་ཚུང་མ་ནུས་སྐྱེས་པ་གཞན་དག་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་མགུར་སྟོན་པར་  
བྱེད་པས་སྟོགས་དེ་གོ་སྐབས་དབེན་པར་གྱུར་ནས་ཆོས་ཀྱི་གྱིས་སྐྱས་པ། སྟོགས་འདིར་  
དབྱར་ཁར་བྱེད་དུ་ཚུགས་ཤིག་དགོ་བསྟེན་ས་གས་སྟོགས་དེར་དབྱར་ཁར་བྱེད་དུ་བཅུག་  
ནས་དགོ་སྟོང་མ་ནུས་གྱིས་དེར་གནས་པར་བཅུས་སོ། །

རལ་གྱི་འཇུག་ཅན་གྱི་ཁོ་མོ་དེ་དཔལ་གྱི་གནས་ནས་ཕྱིར་འོངས་ཏེ། དེ་དག་གིས་  
 རྒྱུ་མ་དེ་དག་བཀུག་ཅིང་བཀུག་ཅིང་བརྟེན་པར་བཅམས་པ་དང་། སྤང་དག་ན་དེ་དག་དྲ་  
 བའི་སྤྱ་ཉིད་སྤྲད་དང་། སྤང་པོ་ཆེའི་སྤྲད་ལྟ་བུའི་སྤྲད་མཐོན་པོ་དང་། སྤྲད་ཆེན་པོ་དག་གྲུང་  
 རོ། །དགེ་སློང་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲས་པ། འཕགས་མ་བདག་ཅག་དགུང་ཆར་གྱིས་འཛིགས་  
 པས་དང་ལ་ཁའི་འོག་ཏུ་ཁྱགས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་ཉི་ཤེས་བསམས་པ། འདི་དག་ལས་ཁ་ཅིག་  
 ལ་དགེ་བའི་ཅ་བ་ཡོད་དམ་སྟུམ་དུ་བསམས་ན། ཡོད་པར་མཐོང་རོ། །སྤྱ་ལ་རག་ལས་  
 སྟུམ་དུ་བསམས་ན་བདག་ཉིད་ལ་རག་ལས་པར་མཐོང་ནས་དེས་སྤྲས་པ། ལུ་མོ་དག་  
 གདུལ་བ་ལ་སྟོས་པས་ཐམས་ཅད་བཟོད་པར་བྱའོ། །ཆོས་ཀྱི་ཉི་ཤེས་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་སྟོ་  
 མོ་སར་བ་བཞག་སྟེ་དགེ་སློང་མ་རྣམས་ལ་སྤྲས་པ། ལུ་མོ་དག་ཁྱིད་ཅག་གང་ལ་སྤྲེར་སྟུག་  
 ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་སྟོ་མོ་འདིར་སྟུགས་ཤིག །དག་ལ་སྤྲེར་སྟུག་ཅི་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་  
 སྟོ་མོ་དེར་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ན་ཁྱིམ་པ་དག་དེར་འོང་བར་སྐྱར་ནས་ཚོས་བྱིན་ཁྱིམ་དེ་ནི་ཁྱེའུ་གང་དག་ཡིན་  
པ་དེ་དག་ལ་ནི་འབྲུ་མར་བྱིན་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་གི་མགོ་སྐྱད་དུ་བཅུག་སྟེ་རང་གི་  
ལག་གིས་བཅའ་བ་དག་སྐྱོན་པར་བྱེད་དོ། །བྱ་ཚོ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་ནི་བདག་ཉིད་  
ཁྱིམ་འབྲུ་མར་བྱིས་མགོ་བསྐྱུས་ནས་རང་གི་ལག་གིས་བཅའ་བ་དག་སྐྱོན་པར་བྱེད་  
དོ། །ཁྱིམ་པ་དེ་དག་གིས་དེ་དག་ཁྱེར་ཏེ་རང་རང་གི་ཁྱིམ་དག་ཏུ་དོང་བ་དང་དེ་དག་གི་མ་  
དག་གིས་ཤིས་པ། ཁྱིད་ཅག་ལ་འདི་དག་སྐྱུས་བྱིན། དེ་དག་གིས་སྐྱུས་པ། འཕགས་མ་



ཆོས་བྱིན་གྱིས་སོ། །ཅུང་མ་དེ་དག་གིས་བསམས་པ། དོན་གྱིས་ན་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་  
ནི་བདག་ཅག་ལ་མ་མཉམ་བུ་བ་མཛད་དོ་སྟུང་དུ་རིག་ནས་དེ་ལ་མཛོན་པར་དད་པར་གྱུར་  
ཏེ། དེ་དག་གིས་བསམས་པ། གང་གི་ཆེ་བདག་ཅག་གི་བྱིན་ཐབ་དག་དཔག་གི་གནས་སུ་  
འདོར་བ་དེའི་ཆེ་ན་བདག་ཅག་གིས་བྱིན་ཐབ་དག་བསྐྱེད་ནས་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་ལ་  
བསྟེན་བཀུར་བུའོ་སྟུང་སོ། །

དུས་གཞན་ཞིག་ན་དེ་དག་གི་བྱིན་ཐབ་དག་དཔག་གི་གནས་སུ་འཕགས་པ་  
དང་། ཆོས་བྱིན་གྱིས་དེ་དག་འདུལ་བའི་དུས་ཤེས་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་ཆག་ཆག་བཏབ།  
ལེགས་པར་བྱས། ལྷོ་བ་སར་བའི་བྱུག་པས་བསྐྱེད་ཏེ་འདག་ཟུང་དང་། ཅུ་དང་། བེ་  
དང་། བདུག་པ་དང་། མེ་ཏོག་དང་། བོག་པོར་བཞག་ནས་དགེ་སློང་མ་སྐད་སྟུན་པ་དག་  
བསྐྱོས་ཏེ་བསྐྱད་པ་དང་། ཅུང་མ་དེ་དག་གྱུར་བྱིན་ཐབ་དག་བསྐྱེད་ཏེ་ཆོས་བྱིན་གྱི་བྱུང་དུ་  
ལྷགས་ནས་ཆོས་བྱིན་གྱིས་དེ་དག་ལ་འདག་ཟུང་དང་། ལག་པ་བསྐྱེད་བའི་ཅུ་དང་། བེ་  
དང་། བདུག་པ་དང་། མེ་ཏོག་དང་། བོག་པོར་དག་བྱིན་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་སྐད་  
གྱིས་མཆོད་རྟེན་ལ་བྱུག་འཆལ་ཏེ་དགེ་སློང་མཉམ་དགེ་འདུན་གྱི་གོང་དུ་སྟུན་བཞགས་པ་  
ཉིད་ལ་འདུག་གོ། །དེ་དག་གྱུར་དེའི་རྒྱུ་ལ་བྱུག་འཆལ་ཏེ་ཆོས་མཉམ་པའི་བྱིན་པ་དུན་དུ་  
འཁོད་དོ། །

ཆོས་བྱིན་གྱིས་དེ་དག་གི་བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་དང་། ཁམས་དང་། རང་  
བཞིན་ཁོང་དུ་ཅུད་ནས་རི་ནས་གྱུར་དེ་དག་གིས་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བའི་རིའི་རྩེ་མོ་ཉི་ཤུ་  
མཐོ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩེ་རྩེས་བཙོམ་སྟེ། ལྷན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མཛོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་  
དེ་ལྟར་ཆོས་བསྟུན་པར་བྱས་སོ། །དེ་དག་གིས་བདེན་པ་མཐོང་ནས་སྤྲོས་པ། འཕགས་མ་  
བདག་ཅག་གིས་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་འཕགས་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འཕགས་མས་བདག་  
ཅག་ལ་གང་མཛད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་བདག་ཅག་ལ་པས་གྱུར་མ་བགྱིས། མས་གྱུར་མ་  
བགྱིས། རྒྱལ་པོས་གྱུར་མ་བགྱིས། ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་གྱུར་མ་བགྱིས། རྩོན་གྱི་པ་མེས་དག་

གིས་ཀྱང་མ་བགྱིས། དགེ་སྦྱོང་དང་། བླ་མ་ཟེ་དག་གིས་ཀྱང་མ་བགྱིས། བླ་མས་པ་དང་།  
མཛའ་བཤེས་དང་། ཅ་ལག་གི་ཆོག་གས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་བགྱིས་ཏེ། ཁྲག་དང་མཆི་མའི་རྒྱ་མཆོ་  
ནི་བསྐྱམས། རུས་པའི་རི་དག་ལས་ནི་བསྐྱལ། རན་སོང་གི་སྒོ་དག་ནི་བཀུམ། མཐོ་རིས་  
དང་ཐར་པའི་སྒོ་དག་ནི་ཕྱེ། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་། རུད་འགོ་དང་ཡི་དྲགས་དག་ནས་  
ནི་རྒྱུ་པ་ལྟར། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ནི་བཞག། །འཁོར་བ་ནི་མཐར་བགྱིས། ཐོག་མ་  
མ་མཆིས་པའི་རུས་ནས་བསགས་པའི་འཇིག་ཆོག་གས་ལ་ལྷ་པའི་རིའི་ཅེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡི་  
ཤེས་ཀྱི་དོ་རྗེས་བཅོམ་སྟེ་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཐོབ་སྟེ། འཕགས་མ་བདག་ཅག་  
ནི་མངོན་པར་ཞུགས་པ་ལགས་སོ། །འཕགས་མ་བདག་ཅག་ནི་མངོན་པར་ཞུགས་པ་  
ལགས་ཏེ། འཕགས་མ་བདག་ཅག་བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་སྦྱོང་གི་དགེ་  
འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིས། བདག་ཅག་དགེ་བསྟེན་མར་གཟུང་དུ་གསོལ། དེང་སྤེལ་ཆད་  
རི་སྒྲིབ་འཆོའི་བར་དུ་སྒོ་བ་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

དེ་དག་མངོན་པར་དད་པར་གྱུར་ནས་བྱིས་བྱིས་དུ་དོང་སྟེ་བྱིས་ཆག་ཆག་བཏབ།  
ལེགས་པར་བྱུགས། ལྷ་བ་སར་པའི་བྱུག་པས་བསྐྱུས་ཏེ་སྦྱོང་ལམ་ནི་བས་འཁོད་དོད་དེ་དག་  
གི་བྱིས་ཐབ་དག་དམག་གི་གནས་ནས་ཕྱིར་འོང་བ་ན་བསམས་པ། བདག་ཅག་གི་ཆུང་མ་  
སྤང་པོ་ཆེ་འཆོ་བའམ། བ་ལང་རྒྱུ་ལ། སུ་ཞིག་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་མགུར་སྦྱོང་པར་བྱེད་  
ཅིང་འདུག་སྟུམ་སོ། །དེ་དག་གིས་བདག་ཅག་གི་བྱིས་ཐབ་དག་འོངས་ཞེས་ཐོས་སོ། །ཐོས་  
ནས་ཀྱང་བཤེས་པ་དང་བཅས་པའི་ཆོག་གིས་རྗེའི་སྤྲས་དག་ཁྱོན་པ་ལེགས་སོ། །ཁྱོན་པ་  
ལེགས་སོ་ཞེས་བསུ་ནས་དེ་དག་རང་རང་གི་བྱིས་དུ་དོང་བ་དང་། དེ་དག་རང་རང་གི་ཆུང་  
མ་དག་གིས་བསྐྱུ་མཉེ་དང་རིལ་ཕྱི་བྱས་ཏེ་ཞུས་བྱས་ནས་ལེགས་པར་བསྐྱུས་ཏེ་ཟས་ཁྱིན་  
ནོ། །

དེ་དག་གིས་བསམས་པ། འདི་དག་གི་སྦྱོང་ལམ་འདི་ལྷ་བུ་ནི་སྤྲོན་མ་བྱུང་ངོ་སྟུམ་  
ནས་དེ་དག་ལ་རིས་པ། བཟང་མོ་དག་ཁྱེད་ཀྱི་སྦྱོང་ལམ་འདི་ལྷ་བུ་འདི་སྤྲོན་མ་བྱུང་བ་ཡིན་

ན་རྒྱུ་ལས་ཀྱང། དེ་དག་གིས་སྤྲོས་པ། རྗེའི་སྤྲོས་དག་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་གྱིས་བདག་  
ཅག་ལ་རྒྱུ་ལས་ཀྱང་བདག་ཅག་འཁོར་བ་ན་འཁོར་བ་རྣམས་ལ་སྤྲོས་ཆད་ཉོན་མོངས་པ་དེ་  
ལྟ་བུ་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བར་མི་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་ཆོས་བསྟན་པ་མཛད་དོ། །དེ་དག་གིས་བདག་  
པ་དང་། བསམས་པ། འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་ནི་མ་དུལ་བ་འདུལ་བར་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ།  
དེས་འདི་དག་བརྟུལ་བ་ལྟ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་བདག་ཅག་གིས་འདི་དག་བསད་པ་དང་།  
བཅིང་བ་དང་། སྤྱོད་བས་གཏུལ་བར་མ་ལུས་པ་དག་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་གྱིས་ཆོས་བསྟན་  
པས་བརྟུལ་བས་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་གྱིས་བདག་ཅག་ལ་པན་བཏགས་ཀྱིས། བདག་  
ཅག་གིས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་བལྟས་ཏེ་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་ལ་བསྟེན་བཀུར་བའོ་སྟེ་སྟེ་སྟེ། །

ཆོས་བྱིན་གྱིས་ཀྱང་དེ་དག་གཏུལ་བའི་དུས་ཤེས་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་ཆག་ཆག་  
བཏབ། ལེགས་པར་བྱས་པ། ལྷ་བ་སར་པའི་བྱུག་པས་བསྐྱུས་ཏེ་འདག་རྒྱས་དང་། རྒྱ་  
དང་། བེ་དང་། བདུག་པ་དང་། མེ་ཏོག་དང་། ཐོག་པོར་བཞག་ནས་དགེ་སྤྱོད་མ་སྐྱད་སྟེ་  
པ་དག་བསྐྱོས་ཏེ་བསྟན་པ་དང་། དེ་དག་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་བལྟས་ནས་ཆོས་བྱིན་གྱི་བྱུང་དུ་  
ལྷགས་པ་དང་། ཆོས་བྱིན་གྱིས་དེ་དག་ལ་འདག་རྒྱས་དང་། ལག་པ་བསྐྱུས་པའི་རྒྱ་དང་།  
བེ་དང་། བདུག་པ་དང་། མེ་ཏོག་དང་། ཐོག་པོར་དག་བྱིན་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་སྐྱད་  
གྱིས་མཆོད་རྟེན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཏེ་དགེ་སྤྱོད་མའི་དགེ་འདུན་གྱི་གོང་དུ་སྟེན་བཞགས་པ་  
ཉིད་ལ་འདུག་དེ་དག་ཀྱང་དེའི་རྒྱུ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཏེ་ཆོས་མཉམ་པའི་ཕྱིར་མཐུན་དུ་  
འཁོད་དོ། །

ཆོས་བྱིན་གྱིས་དེ་དག་གི་བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་དང་། ཁམས་དང་རང་  
བཞིན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་དེ་དག་གིས་འདིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་རིམ་རྒྱུ་  
མཐོ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱས་བཅོམ་སྟེ་རྒྱུ་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མཛོད་སུམ་དུ་བྱས་པ་དེ་  
ལྟར་ཆོས་བསྟན་པ་བྱས་སོ། །དེ་དག་གིས་བདེན་པ་མཐོང་ནས་སྤྲོས་པ། འཕགས་མ་  
བདག་ཅག་གིས་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་འཕགས་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འཕགས་མས་བདག་

ཅག་ལ་གང་མཛད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་བདག་ཅག་ལ་པས་ཀྱང་མ་བགྱིས། མས་ཀྱང་མ་  
བགྱིས། རྒྱལ་པོས་ཀྱང་མ་བགྱིས། ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་བགྱིས། སྤོན་གྱི་པ་མེས་དག་  
གིས་ཀྱང་མ་བགྱིས། དགེ་སྦྱོང་དང་། བམ་ཟེ་དག་གིས་ཀྱང་མ་བགྱིས། བྱམས་པ་དང་།  
མཛའ་བཤེས་དང་། ཅ་ལག་གི་ཆོགས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་བགྱིས་ཏེ། ཁྱག་དང་། མཆི་མའི་རྒྱ་  
མཆོ་ནི་བསྐྱམས། རུས་པའི་རི་དག་ལས་ནི་བསྐྱལ། རན་སོང་གི་སྒོ་དག་ནི་བཀུས། མཐོ་  
རིས་དང་ཐར་པའི་སྒོ་དག་ནི་སྤྲེ། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་། དུང་འགོ་དང་། ཡི་དྲགས་  
དག་ནས་ནི་རྒྱུ་པ་ལྟར་། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ནི་བཞག །འཁོར་བ་ནི་མཐར་  
བགྱིས། ཐོག་མ་མ་མཆིས་པའི་དུས་ནས་བསགས་པའི་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བུའི་རིའི་ཅེ་མོ་  
ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དོ་རྗེས་བཅོམ་སྟེ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཐོབ་སྟེ།  
འཕགས་མ་བདག་ཅག་ནི་མཛོན་པར་ཞུགས་པ་ལགས་སོ། །འཕགས་མ་བདག་ཅག་ནི་  
མཛོན་པར་ཞུགས་པ་ལགས་ཏེ། འཕགས་མ་བདག་ཅག་བཅོམ་ལྷན་འདས་དང་། ཆོས་  
དང་། དགེ་སྦྱོང་གི་དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིས། བདག་ཅག་དགེ་བསྟན་དུ་གཟུང་དུ་  
གསོལ། དེང་སྐབས་ཆད་རིམ་འཛོའི་བར་དུ་སྒོ་བ་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

དེ་དག་མཛོན་པར་དང་པར་གྱུར་ནས་ཡང་སྐྱས་པ། འཕགས་མ་བདག་ཅག་གིས་  
ད་ནི་སྒོག་ཆགས་སྒོག་སྐྱར་ལ་ཡང་བསམས་བཞིན་དུ་སྒོག་འགྲུམས་པའི་རྩི་མི་ཐོག་ལ།  
བདག་ཅག་ནི་མཛོན་ཆས་འཛོའི་བ་ལགས་ན་བདག་ཅག་གིས་རི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བགྱི།  
ཆོས་ཕྱིན་གྱིས་སྐྱས་པ། གཞུ་གཞུ་རྒྱུད་མེད་པ་དག་དང་། མདའ་མདེུ་མེད་པ་དག་དང་།  
ཤིང་གི་རལ་གྱི་དག་ཐོགས་ཤིག །དེ་དག་གཞུ་གཞུ་རྒྱུད་མེད་པ་དག་དང་། མདའ་མདེུ་  
མེད་པ་དག་དང་། ཤིང་གི་རལ་གྱི་དག་ཐོགས་སོ། །གང་གི་ཆེ་དེ་དག་གིས་བདེན་པ་དག་  
མཛོང་བ་དེའི་ཆེ་ན་ཕྱིན་ཆད་བརྒྱན་པོས་ཅེ་བར་མི་བྱེད། ཆང་འཐུང་བར་མི་བྱེད། བུད་  
མེད་གཞན་དག་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་མགུར་སྦྱོང་པར་མི་བྱེད་པས་དེ་དག་འོངས་སྦྱོང་དག་  
གིས་སྐྱག་པ་དང་ཉེ་བར་བསགས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་དག་གི་སྐྱང་པོ་ཆེ་དག་དང་། ཉ་དག་

ཀྱང་ཡོངས་སུ་མ་སྤྲུང་བས་ཆོ་བ་དང་། བགས་པ་དང་། ཨ་དང་། ཁྲག་རྒྱས་པར་གྱུར་  
ཏོ། །ཀོ་ས་ལར་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་རི་བྲགས་པ་ཞིག་ལོག་ནས་དེར་དམག་  
ཅུ་གཅིག་བཏང་ན་བཅོམ་པ་དང་། རབ་ཏུ་བཅོམ་པ་དང་། སོ་སོར་བཅོམ་པར་གྱུར། དེ་  
བཞིན་དུ་ཅུ་གཉིས་པ་བཏང་ན་དེ་ཡང་བཅོམ་པ་དང་། རབ་ཏུ་ཉེ་བྱིར་ཡོངས་སོ། བཅོམ་པ་  
དང་། སོ་སོར་བཅོམ་པར་གྱུར་ཉེ་བྱིར་ཡོངས་ནས་ལྷོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྲུས་པ།  
ལྷ་རི་བྲགས་པའི་དབྱུང་ནི་སྤྲུལ་ཤིང་ལྷ་རི་དབྱུང་ནི་ཉམས་ཏེ་གཤམ་ཏེ་ལྷ་ཉིད་དེར་མ་  
གཤམ་ན་རི་བྲགས་པ་བསྐྱབ་དཀའ་བར་འགྱུར་རོ། །

རྒྱལ་པོས་བྲིལ་བསྐྲགས་པ་བྱས་ཏེ་ངའི་ཡུལ་ན་མཆོན་ཆས་འཆོ་བ་རི་སྟེང་འཁོད་  
པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེར་འགྲོ་བར་བྱའོ་ཞེས་བསྟོན་སྟེ། རྒྱལ་པོ་ཡང་དབྱུང་གི་ཆོགས་  
ཡན་ལག་བཞི་པ་གོ་བསྟོན་ཏེ་ཆས་སོ། །ཀོ་ས་ལར་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་རལ་  
གྱིའི་མཐུ་ཅན་དང་། རྒྱལ་རིགས་བཟང་པོ་པ་བྱ་བའི་ཁྲིམ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་རལ་གྱིའི་  
མཐུ་ཅན་གྱི་ཁྲིམ་ནི་མདུན་དུ་འགྲོ་བའི་མི་ཡིན་ལ། རྒྱལ་རིགས་བཟང་པོའི་ཁྲིམ་ནི་ཕྱི་ནས་  
འོང་བའི་མི་ཡིན་པས་རྒྱལ་པོས་རལ་གྱིའི་མཐུ་ཅན་གྱི་ཁྲིམ་མདུན་དུ་སོང་བའི་མི་དག་ཆོ་  
ཞིང་བགས་པ་དང་། ཨ་དང་། ཁྲག་རྒྱས་པ་དང་། དེ་དག་གི་སྒྲང་པོ་ཆེ་དག་དང་། ཉ་དག་  
ཀྱང་ཆོ་ཞིང་བགས་པ་དང་། ཨ་དང་། ཁྲག་རྒྱས་པ་མཐོང་ངོ། །མཐོང་ནས་ཀྱང་ལྷོན་པོ་  
རྣམས་ལ་སྤྲུས་པ། ཤེས་ལྡན་དག་ཁྲིམ་འདི་གང་གི་ཡིན། དེ་དག་གིས་སྤྲུས་པ། ལྷ་རི་ཁྲིམ་  
རལ་གྱིའི་མཐུ་ཅན་ཞེས་བགྱི་བ་མདུན་དུ་མཆོ་བ་ལགས་སོ། །རྒྱལ་པོས་རྒྱུ་ཏུ་བལྟས་པ་  
དང་རི་ཅམ་ན་རྒྱལ་རིགས་བཟང་པོ་པའི་ཁྲིམ་གྱི་མི་དག་རིད་པ་དང་། ཉམ་ཚུང་བ་དང་།  
ཆེ་བ་དང་། སྐམ་པ་དང་། ལུས་མ་ཐོབ་པ་དང་། དེ་དག་གི་སྒྲང་པོ་ཆེ་དག་དང་། ཉ་དག་  
ཀྱང་རིད་པ་དང་། ཉམ་ཚུང་བ་དང་། ཆེ་བ་དང་། སྐམ་པ་དང་། ལུས་མ་ཐོབ་པ་མཐོང་  
ངོ། །མཐོང་ནས་ཀྱང་ལྷོན་པོ་རྣམས་ལ་སྤྲུས་པ། ཤེས་ལྡན་དག་འདི་གང་གི་ཁྲིམ་ཡིན། དེ་

དག་གིས་སྒྲིམ་པ། ལྷ་ལོ་ཁྲིམ་རྒྱལ་རིགས་བཟང་པོ་པ་ཞེས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་བཞིན་མཆི་བ་  
ལགས་སོ། །

རྒྱལ་པོས་སྒྲིམ་པ། ཤེས་ལྡན་དག་ཅི་འདི་དག་དབང་ཐང་མཉམ་པར་མི་སྦྱོར་  
ནམ། དེ་དག་གིས་སྒྲིམ་པ། ལྷ་དབང་ཐང་མཉམ་པར་སྦྱོལ་རྟོ། །དེ་དག་པོས་ཤིག་དེ་དག་  
པོས་བ་དང་རྒྱལ་པོས་དེ་དག་ལ་སྒྲིམ་པ། ཤེས་ལྡན་དག་ཁྱེད་ཅག་དབང་ཐང་མཉམ་པར་  
མི་སྦྱོར་ནམ། ལྷ་མཉམ་པར་སྦྱོལ་རྟོ། །འོ་ན་ཅིའི་ཕྱིར་རལ་གྱི་འཕྱུ་ཅན་གྱི་ཁྲིམ་འདི་དག་  
ནི་འབྱོར་བ་དང་། བགས་བ་དང་། ཤ་དང་། ཁྲག་རྒྱས་པར་གྱུར་ལ། རྒྱལ་རིགས་བཟང་  
པོའི་ཁྲིམ་ཁྱེད་ནི་རྒྱད་པ་དང་། ཉམ་རྒྱུད་བ་དང་། ཞེ་བ་དང་། སྐམ་བ་དང་། ལྷས་མ་ཐོབ་  
པར་གྱུར། ལྷ་གལ་ཏེ་བདག་ཅག་གྱུར་གཞུག་ཞུག་རྒྱུད་མ་མཆིས་བ་དང་། མདའ་མདེུ་མ་  
མཆིས་བ་དང་། ལྷགས་ཤིང་གི་རལ་གྱི་དག་ཐོགས་ཤིང་མཆོན་ཆ་དག་བཙོངས་ཤིང་  
བཙོངས་ཤིང་འཆལ་བར་འགྱུར་ན། བདག་ཅག་གྱུར་འབྱོར་བ་དང་། བགས་བ་དང་། ཤ་  
དང་། ཁྲག་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་འདི་དག་གི་སྒྲུང་པོ་ཆེ་དག་དང་། ཏྲ་དག་ནི་  
ཡོངས་སུ་མ་སྦྱུང་ལ། བདག་ཅག་གི་ཏྲ་དང་། སྒྲུང་པོ་ཆེ་དག་ནི་ཡོངས་སུ་སྦྱུང་རོ། །

རྒྱལ་པོས་དེ་དག་ལ་སྒྲིམ་པ། ཤེས་ལྡན་དག་ཁྱེད་དེ་ལྟར་གྱུར་བ་བདེན་ནམ། ལྷ་  
མདེུ་རོ། །ཅི་ཁྱེད་ཅག་དེ་དེར་ཁྱེད་ལ་རི་བྲགས་སུ་བསད་པར་འདོད་དམ། དེ་དག་གིས་  
སྒྲིམ་པ། ལྷ་ཅི་ལགས་མཆོན་ཆས་གཡུལ་སྦྱོད་དམ། མིས་གཡུལ་སྦྱོད། རྒྱལ་པོས་སྦྱོས་  
ཏེ་སྒྲིམ་པ། གལ་ཏེ་མཆོན་ཆས་གཡུལ་མི་སྦྱོད་ན་ཁྱེད་ཅག་ཉིད་དེར་ལ་རི་བྲགས་བ་དེ་  
ཐོབས་ཤིག་ཅེས་སྒྲིམ་ཏེ་རྒྱལ་པོ་དེ་ཉིད་ནས་ཕྱིར་ལོག་གོ། །རལ་གྱི་འཕྱུ་ཅན་གྱི་ཁྲིམ་དེ་  
དག་ཆོས་ཀྱི་ཀྱི་གན་དུ་སོང་སྟེ་སྒྲིམ་པ། འཕགས་མ་བདག་ཅག་རྒྱལ་པོས་དམག་གི་  
གནས་སུ་བསྐྱོས་ན་བདག་ཅག་གིས་རི་ལྷོར་བསྐྱུབ་པར་བསྐྱེད། ཆོས་ཀྱི་ཀྱིས་སྒྲིམ་པ།  
དེངས་ཤིག་དང་། ཁྱེད་ཅག་དེར་དོང་བ་རྣམས་ལ་ཉེས་དམིགས་འགའ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་  
འགྱུར་རོ། །

འདི་ལྟར་གང་དང་གང་དུ་འབྲང་འདེབས་པ་དེ་དང་དེར་རྒྱད་ཆགས་གསུམ་པ་  
ལྟོས་ཤིག །ཉི་མ་གང་ལ་རི་བྲགས་སྐྱོར་བར་བྱེད་པའི་ཉི་མ་དེ་ལ་མཆན་ཐམས་ཅད་དུ་  
ཆོས་མཉན་པ་བྱིན་ལ་མི་མཛེད་ཀྱི་བདག་པོ་ཆངས་པ་དང་། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་།  
འཛིག་ཉེན་སྐྱོར་བ་བཞི་དང་། གཞོད་སྤྱོད་ཀྱི་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བརྒྱད་དང་།  
གཞོད་སྤྱོད་ཀྱི་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷས་ཅེན་དང་། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དགའ་བོ་དང་། ཉེ་དགའི་  
མིང་གིས་ཡོན་བཤད་པ་གྲིས་ཤིག དེ་དག་གིས་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་གྲིས་སྤྲེལ་པ་ལ་  
མངོན་པར་བསྟོད་པ་དང་། རེས་སུ་ཡི་རང་བ་བྱས་ཏེ། འཕགས་ནས་དེ་དག་གང་དང་གང་  
དུ་འབྲང་འདེབས་པ་དེ་དང་དེར་རྒྱད་ཆགས་གསུམ་པ་སྟོག་པར་བྱེད་ཅིང་། གང་གི་ཉིན་མོ་  
རི་བྲགས་སྐྱོར་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཉིན་མོ་མཆན་ཐམས་ཅད་དུ་ཆོས་མཉན་པ་བྱིན་ནས་མི་  
མཛེད་ཀྱི་བདག་པོ་ཆངས་པ་དང་། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་། འཛིག་ཉེན་སྐྱོར་བ་བཞི་  
དང་། གཞོད་སྤྱོད་ཀྱི་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བརྒྱད་དང་། གཞོད་སྤྱོད་ཀྱི་དམག་  
དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷས་ཅེན་དང་། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དགའ་བོ་དང་། ཉེ་དགའི་མིང་གིས་ཡོན་བཤད་  
པ་བྱས་པ་དང་། དེའི་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རྣམ་ཐོས་ཀྱི་བྱ་གཞོད་སྤྱོད་རྣམས་གཞོད་སྤྱོད་  
འདུ་བར་འཕགས་པ་དང་། དེས་ཡོན་བཤད་པ་བྱེད་པ་དེ་ཐོས་ནས་དེས་བསམས་པ།  
བདག་གི་མིང་གིས་ཡོན་བཤད་པ་བྱེད་པ་འདི་སུ་ཞིག་སྟུང་ནས་རི་ཅམ་ན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་  
དག་གནས་མ་ཡིན་པར་བསྟོས་པ་མཐོང་ངོ་། །མཐོང་ནས་ཀྱང་གཞོད་སྤྱོད་ཀྱི་དམག་  
དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷས་ཅེན་ལ་སྤྲེལ་པ། ངའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་འདི་དག་གནས་མ་ཡིན་པར་བསྟོས་  
གྲིས་སོང་ལ་རི་བྲགས་དེ་པོ་བ་སྟེ་འདི་དག་ལ་བྱིན་ལ་སྟོག་ཆགས་འགའ་ལ་ཡང་མི་གཞོད་  
པར་གྲིས་ཤིག །གཞོད་སྤྱོད་ཀྱི་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷས་ཅེན་གྲིས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རྣམ་  
ཐོས་ཀྱི་བྱ་ལས་མཉན་ནས། རིའི་ཆེ་མོ་ལྷ་བྱའི་སྤང་པོ་ཆེ་དག་དང་། ར་མོ་ལྷ་བྱའི་ཏྲ་དག་  
དང་། གཞལ་མེད་ཁང་ལྷ་བྱའི་ཤིང་ཏྲ་དག་དང་། གཞོད་སྤྱོད་གཤུག་པ་ལྷ་བྱའི་མི་དག་

མངོན་པར་སྒྲུལ་ནས་རི་བྲག་པ་དག་གིས་དེ་དག་ཐག་རིང་པོ་ཁོ་ན་ནས་འོང་བ་མཐོང་  
ངོ། །དེ་དག་གིས་དེ་དག་མཐོང་ནས་སྒྲག་སྒྲེ་བསམས་པ།

ཡུལ་དང་སློག་ལ་གཞོད་བྱུང་ན། །སྒྲིལ་བྱས་ཀྱན་ཏུ་སློག་བསྐྱང་བ། །

ཆོ་ཡིས་གཉིས་ཀ་དབྱེད་བྱས་ན། །ཡུལ་ནི་ཡང་ཉེད་སློག་ནམས་མིན། །

སྒྲུལ་ནས་དེ་དག་གིས་རལ་གྱི་མགུལ་དུ་བཏགས་ཏེ་ས་ནས་བྱུང་བ་དང་། དེ་དག་གིས་དེ་  
དག་བཟུང་ནས་སྒྱུ་དབྱེད་དང་བཅས་ཏེ་མཉན་ཡོད་དུ་བདས་ནས་གོ་ས་ལར་བྱུང་བའི་རྒྱལ་  
པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་གན་དུ་དོང་སྒྲེ་སྒྲས་པ། ལྷ་རི་བྲགས་པ་ནི་འདི་ལགས། སྒྱུ་དབྱེད་ནི་འདི་  
དག་ལགས་སོ། །རྒྱལ་པོ་དག་འདས་དེས་སྒྲས་པ། ཤེས་ལྡན་དག་སྒྱུ་དབྱེད་དག་ཁྱེད་ཅག་  
ཉིད་ཁྱེད་ཅིག་དེ་དག་གིས་བསམས་པ། བདག་ཅག་གསོན་ཞིང་ལྷགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ཐམས་ཅད་འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་གྱི་མཐུ་ཡིན་པས་བདག་ཅག་དོང་ལ་སྒྱུ་དབྱེད་འདི་དག་  
འཕགས་མ་ཆོས་བྱིན་ལ་དབྱལ་ལོ་སྒྲུལ་ནས་དེ་དག་གིས་དེ་དག་ཁྱེད་ཅི་ཆོས་བྱིན་གྱི་གན་  
དུ་དོང་ནས་སྒྲས་པ། འཕགས་མ་བདག་ཅག་གསོན་ཞིང་ལྷགས་པ་དང་། བདག་ཅག་གི་  
དཔལ་དང་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཕྱན་སྒྲུལ་ཆོགས་པ་གང་ལགས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་འཕགས་མ་  
ཁོ་ནའི་མཐུ་ལགས་ཀྱིས། རྒྱལ་པོས་བདག་ཅག་ལ་སྒྱུ་དབྱེད་སྒྲུལ་བ་འདི་དག་འཕགས་མས་  
ཐུགས་བརྩེ་བའི་སྒྲུ་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ།

དེས་སྒྲས་པ། བྱ་དག་ལྷ་ནམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡང་ལྷ་དབྱལ་བ་ཡོད་ཀྱིས་སངས་  
རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་། དག་འདུན་ལ་མཆོད་པ་ཀྱིས་ཤིག་དང་། དེས་ཁྱེད་ཅག་གི་ཡུན་  
རིང་པོའི་དོན་དང་། བན་པ་དང་། བདེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་གིས་བཙུག་ལྡན་འདས་ཉན་  
ཐོས་ཀྱི་དག་འདུན་དང་བཅས་པ་རྒྱ་བ་གསུམ་དུ་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲུན་བྲངས་ནས་  
དེ་དག་སྤྱོད་ནི་སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་། དག་འདུན་ལ་མཆོད་པ་དག་བྱེད། ཕྱི་དོན་  
ཆོས་ཉན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །



༡༡། །དགེ་སྤྲོད་མ་དབལ་མའི་མཛད་ནམ་ཤེལ་དཀར་  
ཕྱེད་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

།གསེར་ཁྱི་བྱག་དཀར་རིན་ཆེན་གསེར་ཆོས་དགེ་སྤྲོད་བཟང་བསྟན་དར། །

༡༡། །ཨོ་སྦྱ་སྟེ། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་མ་ལུས་པ། །གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱུས་ཏེ་སྟེགས་མའི་དུས་འདི་རུ། །འགྲོ་བའི་དབལ་དུ་བྱོན་པའི་ནམ་འཕྱོར་མ། །དབལ་  
ལྷན་དབལ་མོ་མཆོག་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་སྐྱེད་རས་གཟིགས་  
མགོན་དང་། །གཉིས་མེད་གཉིས་སུ་སྤང་བའི་གྲུབ་པའི་དབང་། །དགེ་སྤྲོད་མ་ནི་དབལ་མོ་  
ཞེས་བ་ཡི། །སྟན་གྲགས་བ་དན་ས་གསུམ་གཡོ་དེར་འདུད། །སེམས་ཅན་དོན་ལ་ཕྱགས་  
རྗེས་ལེགས་གཟིགས་ནས། །འགྲོ་དོན་ཕྱོགས་མེད་ཕྱག་སྟོང་སྐྱེད་སྟོང་སྐྱེལ། །སངས་རྒྱལ་  
རབ་བདུན་བདེ་གཤེགས་བཅུ་གཅིག་ཞེས། །ཕྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉིད་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
བསྟོད། །མཁའ་རབ་རལ་གི་ཆོན་པོ་ཡིས། །ལོག་རྟོག་ཡིད་གཉིས་བྲ་བ་ཀུན། །གཙོད་  
མཛད་དབལ་ལྷན་སྒྲུབ་མ་གང་། །ནམ་བུ་ཀུན་ཏུ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །གང་ཞལ་གསེར་གྱི་བུམ་  
བཟང་ནས། །དོན་གཉེར་རེ་སྟོང་འདི་ན་སྟེ། །དེ་ལྟ་བུའི་ནམ་འཕྱོར་མ་དེ་ཉིད་དུས་གསུམ་  
རྒྱལ་བའི་ལུས་མཆོག་དྲེ་རྒྱུ་མོ་འགྲོ་བ་བྱད་མེད་ཀྱི་ལུས་སུ་སྐྱེལ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་ཅིང་བརྗོད་གྱིས་མི་ལངས་པ་ཞིག་མཛད་པ་ལས་རྒྱ་སྐྱར་གྱི་  
དབུས་ནས་ཉི་མའི་བྱར་ཅམ་སྟོན་པ་ལ།

<sup>1</sup> མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་མཛད་ཆེན་མོ། །༡༤། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟར་ཁང་། ༢༠༡༢ ལོ། ཤོག་གངས་ ༣༡༤  
ནས་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་པར་ཐར་བ་བསྒྲུ་དཀར་པོའི་ཕྱེད་བ། །༡༥། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་  
རྙིང་དཔེ་སྟར་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཤོག་གངས་ ༤༠ ནས་ ༡༢༣ བར་བཞུགས་པ་ལས་བདུས་པའོ།

### ༡༥ ལྷན་དང་ལྷན་མོ་བཟུངས་པ།

དེ་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཁ་ཆེ་ཁྱི་བཏུན་ཅེས་བྱ་བ་ན། ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨུ་ལྷ་ལྷ་ཏི་  
དང་། ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོ་གཉིས་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་མངའ་བའ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ཡོད་  
པ་ལས། ཉམ་ཞིག་གི་ཆེ་བཏུན་མོ་ལ་མཆོན་ལྷས་བཟང་པོ་བྱུང་ནས་ཆེ་དགུ་དོ་བཏུན་ལོན་  
པ་དང་སྤྱི་གཅིག་འཁུངས་སོ། །ཁྱེད་དེ་གཟུགས་མཛུགས་ཤིང་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་པ་ཀུན་གྱིས་  
མཛོད་ན་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ། མཆོན་ཡང་རྒྱལ་པོ་ལ་ཞེས་བཏགས་སོ། །དེ་ནས་  
སྤྱི་དེ་ལོ་སྤྲུག་ལོན་པ་དང་། ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོ་ལྷ་པོ་ལོ་ལོ་མི་ལས་ཤིན་ཏུ་  
བཟང་ནས། ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨུ་ལྷ་ལྷ་ཏི་དེ་དུང་དུ་ཕྱིན་ཏེ། འདི་སྐད་ཅེས་ཁྱུས་སོ། །

ཡབ་གཅིག་གསོན་དང་ཨུ་ལྷ་ལྷ་ཏི་ལགས། །ཁྱད་པར་མི་ལས་བཟང་པོ་འདི་ལྟར་  
བྱུང་། །བདག་གི་སྤྱི་མངའ་ནས་ཉི་ཆེ་གཉིས་ཤིང་ཏེ། །སྤྱི་བཞེ་སྤྱི་བཞེ་ཐམས་ཅད་གསལ་བ་  
དང་། །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཆེན་སྤྱི་གུ་པ་དང་། །འདི་གཉིས་མི་རྣམས་ཆོས་ལ་འབྲུག་པ་  
མཛོད་། །ཞེས་ཁྱུས་པ་དང་། ཡབ་ཨུ་ལྷ་ལྷ་ཏི་སྤྲུགས་ཤིན་ཏུ་མཉེས་ནས། ཡུམ་ཡིད་འོང་  
བཟང་མོ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་སོ། །

ཡུམ་གཅིག་གསོན་དང་ཡིད་འོང་བཟང་མོ་ལགས། །རྒྱ་ཆོན་གཉིས་ཀྱི་འདོད་  
པའི་དོན་གྲུབ་བྱུང་། །ཁྱད་པར་མི་ལས་བཟང་པོ་བྱུང་བ་དེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྲུལ་  
པ་འབྱོན་ལས་ཆེ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོས་ཀྱང་ཡབ་ཀྱི་བཀའ་  
བཞེན་ཟས་ངན་སོགས་སྤངས་ནས་སྤྲུག་གཟུགས་ལ་ནན་ཏན་བགྱིས། དེ་ནས་ཆེ་བཏུན་ལོན་  
པའི་རྒྱུ་ཡུམ་ཀྱི་ལྷ་མས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིས་པས་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྱིས་སོ། །ཨོ་མ་ཁི་བཞེ་ཏྲུ།  
འགྲོ་བ་རིགས་སྤྲུག་གི་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་ཤོག །ཅེས་སྤྱིས་པས། ཡུམ་ཡིད་འོང་  
བཟང་མོ་སེམས་ཤིན་ཏུ་འདི་གསུངས་ཤིང་སྤྲུག་ནས། ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨུ་ལྷ་ལྷ་ཏི་དེ་དུང་དུ་ཕྱིན་  
ནས། འདི་སྐད་ཅེས་ཁྱུས་སོ། །

ཡལ་གཅིག་གསོན་དང་ཨིན་བྱུ་ཉི་ལགས། །བདག་གི་མངལ་དུ་ཡོད་པའི་གྲིས་པ་  
འདི། །རྒྱ་བདུན་སོང་ནས་འདི་སྐད་སྤྲེལ་ནས་བྱང་། །ཨོ་མ་ཉི་པརྟེ་ཏྟེ། འགྲོ་བ་རིགས་ཀྱི་ག་  
གི་སྤྱག་བསྐལ་འབྲལ་བར་ཤོག །ཅེས་སྤྲེལ་བྱང་བས། བྱང་རྒྱུ་མེམས་དཔའི་སྤྱལ་བ་ག་  
ལ་ཡིན། །མགོན་པོ་བྱག་ཀྱི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན་ཉེན་འདུག །བྲག་རི་མཚོན་པོའི་ཅེ་ནས་མཆོང་  
དགོས་སམ། །རྩ་བོ་ཆེན་པོའི་གཏིང་ལ་ལྷེབ་དགོས་སམ། །རང་སྟོག་རང་མཆོན་བརྒྱབས་  
ནས་འཆི་དགོས་སམ། །སྤྱག་བསྐལ་ཅན་མ་བདག་ལ་བཀའ་གནང་ཞུ། །ཞེས་ཞུས་པས།  
ཡལ་གྲིས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་སོ། །

ཡུམ་གཅིག་གསོན་དང་ཡིད་འོང་བཟང་མོ་ལགས། །ཨོ་མ་ཉི་པརྟེ་ཏྟེ། ཞེས་པ་  
འདི། ཡི་དམ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བཞུགས་པའི་རྟགས། །ཞལ་ནས་ཡི་གེ་བྲག་མའི་ཆོས་སྤྱ་  
སྟོགས། །བྱ་སྤྲེལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྤྱལ་བ་ཡིན། །བྱ་མོ་སྤྲེལ་ན་རྟོ་རྗེ་པག་མོ་  
ཡིན། །བྱང་རྒྱུ་མེམས་དཔའི་སྤྱལ་བ་འབྱོན་ལས་ཆེ། །སྟོ་ཐུགས་བསམ་པའི་དོན་ཆེན་  
འབྱུང་ནས་འོང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་རྒྱ་བ་དབྱུ་རྗེ་གས་བཅུའི་ངོ་མཚོར་བའི་ཆེ།  
ཆོ་འཕྲུལ་རྒྱ་བའི་ཆེས་བཅོ་ལྷའི་ཉེན་བཅུན་མོར་སྤྲེལ་མོ་གཅིག་བཏུམས་པས། དེ་དུས་  
གཞན་ལྟས་བཟང་པོ་ཉི་རྒྱ་གཉིས་མཉམ་དུ་ཤར་བ་དང་སྤྱིར་བཞི་སྤྱིར་ཐུན་ཐམས་ཅད་འོད་  
གྲིས་ཁེངས་པ་དང་དབྱུས་གྱི་རི་པོའི་ཅེ་མོ་ནས་དམ་པའི་ཆོས་གྱི་སྤྱ་ཆེན་སྟོགས་པ་དང་།  
ལྷའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ནམས་གྲིས་ཁྲུས་ཆབ་གསོལ་བ་དང་བཅས་ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོའི་སྤྱ་  
ལུས་ལ་སྤྱང་རྒྱག་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ངང་ནས་སྤྲེལ་མོ་གཅིག་སྤྱ་བཏུམས་སོ། །དེ་མ་ཐག་དུ་  
སྤྲེལ་མོ་དེས་ཐུགས་བཞིར་སྤྱན་ཆེས་ཆེར་གཟིགས་ནས། ཨོ་མ་ཉི་པརྟེ་ཏྟེ། ཞེས་གསུངས་  
སོ། །དེ་དུས་བར་སྤང་ཁམས་སུ་འཇུག་འོད་སྤྱིན་དཀར་གྱི་གྱུར་ལུབ་པ་དང་། དེ་ཡང་ཡེ་  
ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་མཆོན་རྟགས་དང་ལྷན་པ་ལ། སྤྲེལ་མོ་དེའི་མཆོན་ལ་ལྟུ་མི་ཀ་རར་  
གྲགས་སོ། །

སྐྱེས་མོ་ལྟ་མི་ཀ་རས་དང་པོ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་བྱགས་བསྐྱེད། བར་དུ་བསྐྱེས་  
ཆོན་གངས་མེད་གསུམ་དུ་ཆོགས་བསགས། མཐར་འཇུག་བྱ་སྒྲིབ་འདྲིའི་ནལ་འབྱོར་མ་དེ་  
ཉིད་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་མཆོག་རྩོམ་པ་ལག་མོ་འགྲོ་བ་བྱད་མེད་ཀྱི་སྐྱེས་སྐྱེས་ནས་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་ལ་བརྟེན་གྱིས་མི་ལང་བ་མཛད་ཕྱིར་སྐྱེས་ཆུང་  
དུའི་དུས་སུ་གཞོན་ནུ་རོལ་ཅེད་སོགས་ཅལ་གཡོངས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་མི་གཙང་བའི་རྣམས་  
བཞིན་དུ་བོར་ནས། ཡོ་མ་ཉི་ཤེས་ཀྱི་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྣམས་འགྲོའི་སྐྱེས་  
བསྐྱེས་དང་བྱལ་ཏེ། བདེ་བ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་སྐྱེས་ནས། ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་  
སྟོམས་པར་ཞུགས་སོ། །ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་ཉི་དང་ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོ། མིང་པོ་རྣམས་  
སྤུ་ལ་དང་། གཡོག་མོ་རྣམས་སྐྱེས་མོའི་མཛད་ཆུང་དེ་ལ་གཟིགས་ནས་ཡ་མཚན་དུ་གྱུར་  
ཏོ། །

### ༡༽ སྐྱེས་མོ་ལྟ་མི་ཀ་ར་བཀ་མར་འབྲི་མཐན་འབྱོར་བ།

དེ་ནས་སྐྱེས་རྣམས་སྤུ་ལ་དགུང་ལོ་བཙུང་མོན་པ་དང་རྒྱལ་སྲིད་སྐྱེས་ཀྱིས་  
འཛིན། སྐྱེས་མོ་ལྟ་མི་ཀ་རའི་སྟོན་བྱགས་ཉི་ལྔ་ལྟར་བྱུང་བ་ལས། ཕྱགས་ཕྱགས་ནས་ལྟ་  
བའི་མི་མང་པོ་བྱུང་། བྱ་མོ་འདོད་མཐན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡང་བཞི་བྱུང་། རྒྱ་གར་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
པོ། རྒྱ་ནག་སྲིད་གི་རྒྱལ་པོ། གེ་སར་དམག་གི་རྒྱལ་པོ། ལྷག་གཟིག་ཞོར་གྱི་རྒྱལ་པོ་  
བཅས་ཀྱིས་ཉི་དང་སྐྱེས་པོ་ཆེ་སོགས་ལ་ཞོར་བྱའི་ཐེངས་དང་། གསེར་དཔུང་དང་གོས་  
དང་སོགས་ཞོར་ལོངས་སྟོད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བཀལ་ནས་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་ཉི་ཡི་  
བྱུང་དུ་ཐེབས་སོ། །དེ་ནས་སྟོན་པོ་ཞེས་རབ་ཀྱིས་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་ཉི་ལ་འདི་ལྟར་  
ཞུས།

ཀྱེ་མ་གསོན་དང་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ། །ཤར་སྟོ་ལུ་བྱང་རྒྱལ་པོ་ཐེབས་འདུག་  
པས། །བྲིད་ཀྱི་སྤྲེལ་མོ་བཅུན་མོར་ཞུ་དགོས་གསུངས། །རྒྱལ་སྟོན་འཁོར་བཅས་གཟེམ་  
ཅུང་ཐེབས་ཆོག་པ། །ཡབ་ཆེན་རྒྱལ་པོས་གནང་བ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །ཞེས་ཞུས། དེ་ནས་  
རྒྱ་གར་ཆོས་རྒྱལ། རྒྱ་ནག་སྟོང་རྒྱལ། གེ་སར་དཔག་རྒྱལ། ལྷག་གཟིག་ལོར་རྒྱལ་བཅས་  
རྒྱལ་སྟོན་འཁོར་བཅས་ཆོས་རྒྱལ་ཨིན་ལྷ་ཉིའི་གཟེམ་ཅུང་ནང་དུ་ཐེབས། ཡབ་རྒྱལ་པོ་  
ཡིས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ནས་ཐེབས་པའི་རྒྱལ་སྟོན་རྣམས་ལ་དགའ་བསུ་དཔག་མེད་ཞུས་  
སོ། །

དེ་ནས་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་ཉིས་རྒྱལ་སྟོན་འཁོར་བཅས་ལ་འདི་ལྟར་གསུངས།  
ངའི་བུ་མོ་ལྟམ་མི་ཀ་ར་བྲིད་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲེལ་མ་བཅུན་མོར་འགྲོ་མི་འགྲོའི་བདམ་ཁ་  
བུ་མོ་རང་ལ་འདྲི་ཟེར་བ་ལས། ཕྱོགས་ཕྱོགས་ནས་ཐེབས་པའི་རྒྱལ་སྟོན་རྣམས་ཀྱི་སྤྲེལ་  
མོ་ལྟམ་མི་ཀ་ར་ལ་བྲིས་སོ། །

### ༡༽ བྱིས་ཐབ་བྱུངས་ནས་ཆོས་ལ་གཤེགས་པ།

དེ་ནས་སྤྲེལ་མོ་ལྟམ་མི་ཀ་ར་ཡིས་བསམ་སྟོ་ཞིག་བཏང་ནས་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་  
ཉི་ལ་འདི་ལྟར་ཞུས། ཡབ་ཆེན་ཨིན་ལྷ་ཉི་བདག་ལ་གསོན། །སྟེ་གཟུགས་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པའི་བུ་མོ་ང་། །སྟོན་ལམ་བཟང་བས་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་དང་མཇེལ། །ད་ལྟ་ཅི་བྲིད་  
རང་དབང་ཡོད་དུས་སུ། །གཏན་འདུན་དམ་པའི་ལྟ་ཆོས་མ་བྲིད་ན། །རིན་ཆེན་གླིང་གི་  
ཆོང་པ་སྟོང་ལོག་འདྲ། །བུ་མོ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བཀའ་གནང་ཞུ། །ཞེས་གདུང་བའི་སྟེ་ངག་  
གིས་ཞུས་པ་ལས། ཡབ་ཀྱིས་བུ་མོ་ལ་སྦྱན་ཆེས་ཆེར་གྱིས་གཟིགས་ཏེ། སྦྱིར་བུད་མེད་  
རྣམས་ཀྱི་ཆོས་མགོ་མི་འཛོན་པའི་དཔེ་མང་པོ་གསུངས་ཤིང་། ཤིང་ཁྱ་གང་གཅོད་པ་ལ་ཅ་  
བ་འདོམ་གང་བསལ་དགོས་ཟེར་བའི་དཔེ་ཡོད། བུ་མོ་ཆོས་མགོ་འཛོན་ན་དེ་ལས་ལེགས་

པ་ཅི་ཡོད། ཆེ་ཐུང་འདི་ལ་ཆོས་ཤིག་མ་བསྐྱབས་ན། །རིན་ཆེན་སྤྲིང་གི་ཆོང་པ་སྟོང་ལོག་  
འདྲ། །བྱ་མོ་ཆོས་ལ་དཀར་བ་དགའ་སྟོ་ཆེ། །ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པའི་དོན་འགྲུབ་  
བྱུང་། །བྱ་མོ་རང་ཆོས་མགོ་འཛོན་ན་གསེར་གྲེ་གང་ཁྱེར་ལ་ཡང་དག་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་  
བྱུང་དུ་སོང་ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་བྱ་མོ་ཆོས་བྱེད་པའི་དོན་དུ་ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོ་ལ་འདི་ལྟར་ཞུས།  
ཡུམ་སྟོག་རིན་གྱིས་གསོ་བའི་ཡུམ་ཆེན་མ། །ཡུམ་ཆེན་པ་རོལ་བྱིན་མ་བདག་ལ་  
གསོན། །སྒྲིགས་དུས་མི་ཆེ་དགུན་ཀའི་ཉིན་དང་འདྲ། །མཛོལ་མི་ཡི་བདེ་སྤྱིད་ཡད་ཡུད་  
ཅམ། །ལས་ངན་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་མི་སེལ་བས། །བྱ་མོ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་འགྲོ་བར་  
ཞུ། །ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོས་སྤྱིང་དང་འདྲ་བའི་བྱ་མོ་ལགྲམ་མི་ཀ་ར་ཡི་ཞལ་རས་མེ་རྟོག་  
བརྒྱ་ཁ་བྱེ་བ་དང་འདྲ་བ་དེ་ལ་གཟིགས་ནས་སྤྱན་ཆབ་མང་དུ་བསེལ་ཞིང་འདི་སྐྱད་ཅེས་  
སྒྲས། །ཨ་མའི་སྤྱིང་དང་འདྲ་བའི་ལགྲམ་མི་ཀ་ར་མ། །བྱ་མོ་ཆོས་མགོ་འཛོན་ན་སྐལ་བ་  
བཟང་། །བྱ་མོ་ཆོས་ལ་དཀར་བ་རོལ་ཆར་ཆེ། །བྱ་མོའི་འདོད་པའི་དོན་ནམས་འགྲུབ་པར་  
ཤོག །ཅེས་གསུངས་ནས། བྱ་མོ་ཆོས་ལ་འགྲོ་ན་མིང་པོ་རྩྭ་པ་ལྷ་ལ་རིས་གསུངས་  
སོ། །བྱ་མོ་རང་ཆོས་མགོ་འཛོན་ན་གཡུ་གྲེ་གང་དང་གཡུ་བྱ་བཞི་ཅན་གཅིག་ཡོད་པའི་རིན་  
ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི་བྱས་དེའི་མགོ་ལ་གཡུ་ཞོར་བྱ་འདྲ་བ་དེ་དང་མཉམ་རིན་ཆེན་  
གསེར་གྱི་སོར་གདུབ་གཅིག་ཁྱེར་ལ་འཆོ་བའི་མཐུན་ཆེན་བྱས་ནས་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་ལ་སོང་  
གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་ལགྲམ་མི་ཀ་ར་མིང་པོ་རྩྭ་པ་ལྷ་ལའི་བྱུང་དུ་ཐེབས་ནས་འདི་སྐྱད་ཅེས་ཞུས།  
ས་སྟོང་རྒྱལ་པོ་ཐུགས་དགོངས་གཏོད་པར་ཞུ། །བཙེ་བའི་ཐུགས་ཀྱིས་བཀའ་བཀྲོན་མི་  
གནང་འཆམ། །ཆེ་འདིར་བདེ་སྤྱིད་ཐུན་སྦྲུམ་ཆོགས་གྱུར་གྱང་། །འཆི་བདག་འབྱུང་དུས་  
རང་དབང་མི་འདུག་པས། །སྤིང་མོ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བཀའ་གནང་ཞུ། །ཞེས་ཞུས་པ་དང་།  
མིང་པོ་རྩྭ་པ་ལྷ་ལ་ཐུགས་གདུམ་པོའི་སྐབས་ཀྱིས་མར་ཁུ་ལ་རྩ་བྱགས་པ་ལྟར་གྱུར་

ནས། ཤེལ་གྱི་རལ་གྱི་འབྲས་ནས་བྱུང་སྟེ་བྱུག་གཡོན་པས་སྤིང་མོའི་སྤྱི་པོ་ནས་བཟུང་།  
བྱུག་གཡམས་པས་རལ་གྱི་མགོ་ཐོག་ཏུ་འབྱར་བཞིན་འདི་ལྟར་གསུངས། སྤིང་མོ་ཉོན་དང་  
ལྷ་མི་ཀ་ར་མ། །ཐང་སྟོང་སྐམ་ལ་ཉ་མོ་མི་འབྱུང་བཞིན། །སྤིང་མོ་དམ་པའི་ཆོས་ནི་ཤིན་  
ཏུ་དགལ། །དེ་བས་རལ་གྱིས་སྤང་བའི་དག་པོ་བཏུལ། །སྤིང་མོ་འདོད་པའི་གཉེན་ལ་སྟེར་  
བ་ཡིན། །གང་དགའི་རྒྱལ་སྤྱི་དག་ལ་འགྲོ་བ་ལེགས། །

ཡང་ལྷ་མི་ཀ་རས་མིང་པོ་ལ་འདི་ལྟར་ཞུས། ཉོན་དང་བདག་གི་མིང་པོ་བྲིད་ཉིད་  
ཀྱང་། །ཆེ་སྟོན་བསོད་ནམས་བསམགས་པའི་འབྲས་བྱ་ལས། །ཆེ་འདིར་སྟོབས་འབྱོར་ལྷན་  
པའི་རྒྱལ་པོར་སྒྲིམ། །བྱི་མ་མིང་སྤིང་གར་འགྲོ་ངེས་པ་མེད། །རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་སྤྱི་མདང་  
སྐམ་མི་ལམ་ཅམ། །འདོད་ཡོན་ལོངས་སྟོང་རྩ་ཁའི་ཐེལ་བ་འབྲ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་པོ་  
མོ་མ་མཆིས་པས། །བདག་ནི་དམ་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་བྱུང་གྱུར་ནས། །པ་མ་གཉེན་དང་མིང་  
པོའི་ཕྱིན་ལན་འཇལ། །སྤིང་མོ་རྒྱལ་སྐམ་གཅིག་ལ་བྱིན་ན་ཡང་། །གཉེན་འདེབས་གཅིག་  
ལ་དག་པོ་གསུམ་དུ་སྟེལ། །པ་རོལ་དག་ཡིས་མིང་པོ་བཟོད་མི་བདེ། །སྐར་ནི་བྱུང་གི་ཅ་བ་  
བྱུང་མེད་ཡིན། །དེ་བས་མི་གཅིག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས། །སྤིང་མོ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བཀའ་  
གནང་ཞུ། །ཞེས་ཞུས་སོ། །

དེ་ནས་མིང་པོ་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས། འོ་ན་ལྷ་མི་ཀ་ར་རང་ཆོས་  
མགོ་འཛོན་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཛད་ཐུབ་ན་ཏུ་ཅད་གི་སྐལ་བ་བཟང་།  
དེ་ནས་ཁྱོད་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་གར་འགྲོ་གསུངས། ལྷ་མི་ཀ་རས་མིང་པོ་ལ་འདི་ལྟར་ཞུས།  
མིང་པོ་རང་ཆོས་བྱེད་པར་སྐྱ་མ་རྩོ་བོ་དཔལ་གྱི་བྱུང་དུ་འགྲོ་འོ་ཞུས་པས། མིང་པོ་རྒྱལ་སྐམ་  
ལས་རྒྱལ་སྐམ་གཅིག་ལ་སྤིང་མོ་གཉེན་འདེབས་བྱིར་སྟེར་དགོས་བསམ་ཀྱང་སྤིང་མོ་  
ཆོས་བྱེད་པ་ལ་འགྲོ་བར་ཐག་བཅད་ཐེན་པས་བྱེད་ཐབས་དང་བྲལ་ནས། རྩོགས་འཕྱོགས་  
ནས་པེབས་པའི་རྒྱལ་སྟོན་འཁོར་བཅས་དང་པོ་ཉ་བ་རྣམས་ལ་འདི་ལྟར་སྐྱས། ར་ཡི་སྤིང་  
མོ་ལྷ་མི་ཀ་ར་དེ་སང་སྤྱི་དམ་པའི་ཆོས་ལ་འགྲོ་བ་ཐག་ཆོད་པས། ད་བྲིད་རྒྱལ་སྟོན་

འཁོར་བཅས་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་སོ་སོས་འབྲུལ་བའི་འོར་རྣམས་ཁྲེར་ནས་སྤར་ཡང་རང་  
ཡུལ་དུ་འགོ་བ་འཐད་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་རྒྱལ་ཁྲོན་རྣམས་ན་རེ། བྱ་མོ་ཆོས་མགོ་འཛོན་ན་སྐལ་བ་བཟང་། བྱ་མོ་ལ་  
རྒྱགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་དེད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འབྲུལ་ཆོག། དམ་པའི་ཆོས་ལས་ལེགས་པ་མེད་  
གསུང་བཞིན་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲོན་འཁོར་བཅས་རང་གནས་སུ་ལོག་ནས་ཤེབས་  
སོ། །དེ་ནས་བྱ་མོ་ལ་ལྷམི་ཀ་རས་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིརྱ་བླ་ཉི་ལས་གསེར་གྲེ་གང་ཞུས། ཡུམ་  
ཡིད་འོང་བཟང་མོ་ནས་གཡུ་གྲེ་གང་དང་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་གཏུ་གཅིག་དང་གསེར་གྱི་  
སོར་གདུབ་གཅིག་ཞུས། མིང་པོ་རྩྭ་སྤ་ལ་ནས་ཆོས་བྱེད་ཆོག་པའི་བཀའ་ཤོག་བཅས་  
ཞུས་སོ། །དེ་ནས་བྱ་མོ་ལ་ལྷམི་ཀ་རས་བདག་ལ་གཡོག་མོ་ཞིག་ཀྱང་དགོས་ཞེས་ཞུས་པ་  
ན། མིང་པོ་རྩྭ་སྤ་ལས་བྱ་མོ་བྱེད་རང་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་བསྐྱབ་སྐྱབ་ན་ཐན་གྱིས་ཀྱང་  
རྒྱལ་སྤྱིད་བྱེད་བགོས་ནས་སྟེར་ཆོག། སྤྱིང་མོ་བྱེད་རང་ལ་གཡོག་མོ་དགོས་ན་བྱེད་རང་  
གི་སེམས་དང་གང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱེད་ཆོག་ཅེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་ལ་ལྷམི་ཀ་རས་ཚུང་གོགས་གཞོན་དུས་ནས་ཅེ་གོགས་བྱེད་ཅིང་ཐུགས་ལ་  
བཅངས་པའི་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་བྲིད། བསམ་འཕེལ་མས་ཀྱང་སྤྲ་མས་དོག་ཁྲིས་  
དང་འཆོ་བ་ཐན་བྱ་ཞུར། དེ་ནས་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ནས་འཛིག་ཏེན་འཁོར་བའི་བྲིས་  
ཐབ་རྣམས་མི་གཙང་བའི་རྩས་བཞིན་དུ་དོར་ནས། ལ་ལྷམི་ཀ་རས་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་འོར་བྱ་  
ཞུར་ཉི་དམ་ཆོས་བྱ་བཞིན་དུ་ལེན་ནས་བསམ་འཕེལ་མ་ཐུག་བྱེད་བྲིད་དེ་ནགས་ཆལ་བ་  
བ་ཅན་གྱི་དགོན་པར་སྤྲ་མ་རྩོ་བོ་དཔལ་གྱི་དུང་དུ་ཆོས་ཞུ་བྱེད་དུས་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིརྱ་  
བླ་ཉི། ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོ། མིང་པོ་རྩྭ་སྤ་ལ་དང་ཁྲོན་གཡོག་འཁོར་བཅས་རྒྱང་  
གྲགས་གཅིག་གི་སར་གདན་སྤེལ་ལ་ཤེབས་སོ། །དེ་ནས་རྒྱང་གྲགས་གཅིག་གི་སར་  
ཤེབས་ཐེན་པ་དང་། ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིརྱ་བླ་ཉིས་སྐྱུན་ཆབ་མང་དུ་བསེལ་བཞིན་འདི་སྐད་  
ཅེས་གསུངས་སོ། །དགོན་མཆོག་རྣམ་གསུམ་མཁུན་ནོ། །བདེན་པའི་སྟོན་ལམ་གྱུ་བ་



ཅིག །ང་ཡི་སྤྱིང་དང་འབྲ་བའི། །བྱ་མོ་ལ་ཤུམ་མི་ཀ་རར། །ཆོས་ལམ་ལ་འགྲོ་བར་ཤོག །ལམ་  
ལ་བར་ཆད་མེད་པར་ཤོག །ཅི་གསུངས་བཀའ་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་  
སོ། །དེ་ནས་ཡུམ་ཡང་སྤྱན་ཆབ་མང་དུ་བསིལ་ཞིང་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས། ཨ་མའི་སྤྱིང་  
དང་འབྲ་བའི་བྱ་མོ་ལགས། །ལས་ཀྱིས་ཤི་བྲལ་བྱུང་ན་བྲུ་ཐབས་མེད། །ཤུན་གྲོན་མ་ཤི་ཆོ་  
རིང་བྱུང་གྱུར་ན། །བྱ་མོ་སྤྱར་མགྲོགས་མཇལ་བའི་སྒོན་ལམ་ཡིན། །ཅེས་གསུངས་བཞིན་  
བྱ་མོ་ལ་ཤུམ་མི་ཀ་རའི་སྒྲེ་ལ་མེ་ཉླ་གི་སྤོང་བ་གཅིག་ཕུལ་ནས། །བྱ་མོ་ཐེབས་ཐེབས་  
གསུངས་སོ། །དེ་ནས་ཡུམ་ཡུམ་སྲས་དང་སྒོན་གཡོག་རྣམས་སྤྱན་ཆབ་མང་དུ་བསིལ་  
ཞིང་ཕྱི་མིག་ལོག་བཞིན་ལོག་བཞིན་སྒྲུ་མཁར་ལ་ལོག་ནས་ཐེབས་སོ། །

དེ་ནས་བརྩུང་ལ་ཤུམ་མི་ཀ་ར་དང་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་གཉིས་པོ་རྒྱ་གར་ཤར་  
ཕྱོགས་སུ་ནགས་ཆལ་བྱ་བ་ཅན་བྱ་བའི་ཡུལ་དུ་སྐྱ་མ་རྩོ་བོ་དཔལ་གྱི་བྱུང་དུ་ཆོས་ལྷ་བ་ལ་  
ཐེབས་པའི་འགོ་འཇུགས་མཛད། །ཁ་ཆེ་ཁྱི་བརྟན་བྱ་བའི་ཡུལ་ནས་ནགས་ཆལ་བྱ་བ་ཅན་  
བྱ་བའི་ཡུལ་དེའི་བར་ལ་རྟ་ལམ་ལོ་གཅིག་དང་སྐྱ་བ་གསུམ་ལས་མང་ཅམ་འགོར། ཐེབས་  
ལམ་ལ་མི་མེད་ལུང་སྟོང་ནགས་ཆལ་དང་ཆུ་ཕན་དང་ལུང་འཕྲང་དང་ཆ་གང་མང་པོ་སྟོང་  
བཞིན་ཐེབས་པའི་སྐྱ་བ་བརྩུ་དང་སྤྱེད་ཅམ་ན་མཉམ་དུ་ཡོད་པའི་འཆོ་བ་རྣམས་རྫོགས།  
ལུང་བ་དེར་འགྲོག་དང་ཁ་ཐས་ཤིང་ཉླ་སོགས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་སྐྱ་བ་གཅིག་དང་  
ཉིན་བརྩུའི་རིང་ལ་ཤིང་སྟོང་གི་ལོ་མ་རྣམས་བཙོས་ནས་བཞེས་བཞིན་ཐེབས་སོ། །

དེ་ནས་ཉིན་ཁ་ཤས་གྱི་རྗེས་འཆོ་བ་དགོན་རྒྱེན་གྱིས་ལ་ཤུམ་མི་ཀ་ར་དང་བསམ་  
འཕེལ་མ་ལ་རྟ་ཅང་གི་དཀའ་ངལ་བྱུང་། དེ་ནས་ཉིན་བརྩུན་ཐེབས་པའི་རྗེས་མི་ཁ་ར་ཤིང་  
འཕེལ་བྱ་བའི་ཡུལ་དེའི་རྟ་སྟོའི་གཞི་བདག་གིས་འཆོ་བ་ཕུལ། དེ་ནས་ཐེབས་པའི་ཉི་མ་  
བརྩུ་གསུམ་གྱི་རྗེས་ལ་རྒྱང་གཤམ་གསུམ་ཅམ་ཞིག་ནས་ནགས་ཆལ་བྱ་བ་ཅན་གྱི་གསེབ་  
ཅིག་ན་སྐྱ་མ་རྩོ་བོ་དཔལ་གྱི་འཕྲིགས་སྤྱི་གཞུག་ལག་ཁང་དེ་མཇལ་པས་དཔོན་གཡོག་  
གཉིས་ཀྱི་སེམས་ལ་དགའ་བ་ཆད་མེད་བྱུང་ངོ་། །ལ་ཤུམ་མི་ཀ་ར་དང་གཡོག་མོ་བསམ་

འཕེལ་མ་གཉིས་ཡུལ་དེར་བྱོན་སྐབས་ཉི་མ་ཤར་ཏེ་ཕོག་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་ཞིང་།  
སངས་རྒྱུ་གྱི་བསྟན་པ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་། ལྷགས་སྤྱོ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་  
ཉེན་འབྲེལ་ཡང་བཟང་པོ་བྱུང་། རྒྱལ་ཆེན་གྱི་ཤིང་དང་ལོ་འདབ་རྣམས་སོ་སོར་བྲལ་  
བས་སྲིད་གསུམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ཆད་པའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་། ལྷག་གཟིག་དོམ་གསུམ་ལ་  
སོགས་པའི་གཅན་གཟན་རྣམས་ཀྱང་སྒྲུང་མ་ལ་དད་ཅིང་གྲུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མ་བྱུང་འཕྲད་པ་  
བཞིན་གྱི་སྒྲུང་བ་བྱུང་། རྒྱལ་ཆེན་པོ་ལ་ཅན་གྱི་གསེབ་ནས་ཐེབས་དུས་གཅན་གཟན་  
སྤྱག་གཟིག་དོམ་ཤིང་དུག་སྤྱུལ་རྣམས་ངང་པའི་འགྲོས་འདྲ་སྒྲུང་ཆེན་ཤེགས་ལྟར་གཤེགས་  
པའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་། གཅན་གཟན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུང་གདངས་ལས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་  
སྤྱགས་པར་སྤྱི་བྱེད་གསུང་དུ་སྤྱུལ་པའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་ངོ་། །

དེ་ནས་ལྷ་མི་ཀ་ར་མའི་འཕགས་སྤྱོ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཆོས་ཁྲིམས་པ་ལ་སྒྲུང་མ་  
མཇུག་པའི་གནད་བཤུས་པས། ཆོས་ཁྲིམས་པས་སྒྲུང་མ་ལས་གནད་བཤུས། སྒྲུང་མའི་  
ཞལ་ནས་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ་དེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་གཙུག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་ལ་  
ཆོས་བྱེད་ཆོག་པའི་བཀའ་ཞོག་ཡོད་མེད་ལྟོས་ཤིག་གསུངས། ཆོས་ཁྲིམས་པས་ཆོས་བྱེད་  
ཆོག་པའི་བཀའ་ཞོག་མཉམ་དུ་འདུག་ལགས་ཞུས་པས། སྒྲུང་མས་འོ་ན་བཀའ་ཞོག་སྒྲུང་མས་  
མཉམ་དུ་ཡོད་ན་མེད་ཞོག་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་ལྷ་མི་ཀ་ར་སྒྲུང་མའི་ཞབས་བྱུང་དུ་མཇུག་པ་དང་དད་པའི་སྤྱི་ཉག་ཐམས་  
ཅད་གཡོ་ཞིང་བྱུག་གསུམ་བཅའ་ནས་ཡབ་རྒྱལ་པོས་གནད་པའི་གསེར་གཏེར་དེ་སྒྲུང་མ་  
རྩོ་བོ་དཔལ་ལ་དར་དཀར་སྒྲུང་མའི་ཅིག་དང་བཅས་གྲུས་པས་ལུལ། དེ་ནས་སྒྲུང་མས་  
མང་པོ་གཅིག་ལུལ་སྤྱི་གསུངས་པ་ལྟར་ལྷ་མི་ཀ་ར་སྒྲུང་མའི་སྤྱི་མཐུན་དུ་མང་པོ་  
བཀོལ་ནས་ལུལ་རྒྱུ་སྒྲུང་མའི་ཞལ་ནས་བྱུ་མོ་ཁྱོད་འཛིག་ཉེན་སྤངས་ནས་ཆོས་བྱེད་པའི་  
དོན་ཅི་ཡིན་ཞེས་དེས་པ་དང་། དེར་སྒྲུང་མའི་གཡས་གཡོན་དང་མཐུན་ན་ཡོད་པའི་བྱུ་བཅུན་  
རྣམས་ཀྱིས་བྱུ་མོ་འདིས་གང་ཞུ་འོང་བསམས་ནས་ཉན་བཞིན་ཡོད་པ་ལ། བྱུ་མོས་སྒྲུང་མ་

ལ་འདི་ལྟར་ཞུས། འདི་ཕྱི་ལོ་སྐབས་གནས་སྐབས་འདི་ལོ་ཆེ། །མི་ཆེ་འདི་བས་ཕྱི་མ་ལུལ་  
ཐག་འདི། །འཁོར་བའི་སྐབས་བསྐྱེད་སྐབས་མི་འདུག་པས། །ཆོས་དབྱིངས་ཐར་བའི་  
ལམ་བཟང་སྟོན་པར་ཞུ། །བྱ་མོ་བདག་ནི་སྟོན་པའི་ལམ་རབ་ཅུང་། །ཆོས་ཅུང་དོན་ཆེན་  
གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཞིག །བཅེ་བའི་སྐབས་ཀྱིས་བདག་ལ་གནང་བར་ཞུ། །ཞེས་ཞུས་པ་  
དང་། དེར་བཞུགས་པའི་བྱ་བཅུན་རྣམས་ཀྱང་ཉ་ལས་སོ། །

དེ་ནས་བྱ་མོ་ལ་ལྷ་མི་ཀ་ར་དགྲུང་ལོ་བཅོ་ལྔ་ནས་ཆོས་སྒྲོར་བཞུགས་ཏེ་སྐབས་འདི་ལོ་  
དཔལ་གྱི་རྒྱུད་ནས་རིག་པའི་གནས་ལྟ་ལ་སྐྱེས་པར་མཛད་ནས་སྟོན་པ་གཞན་དག་ལས་  
མཁས་པར་གྱུར། དེ་ནས་ཉིན་རེ་བཞེན་དུ་ལྷ་མི་ཀ་ར་ཡིས་ཉིན་མོར་སྐབས་འདི་རྒྱུད་ནས་  
ཆོས་ཞུས། མཆན་མོར་ཡུལ་དེར་སྐྱོན་རས་གཟིགས་ཁ་སར་བ་ཏི་ཞེས་པའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་  
ཡོད་པས་བསམ་འཕེལ་མ་དང་མཉམ་དུ་དེའི་ནང་དུ་བྱོན་ནས། མཆན་མོ་གཟིམ་དུས་ཡང་  
དག་པའི་སྐབས་ཞིག་དང་མཛུལ་བར་ཤོག་ཅིག་གསུངས་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་མནལ་  
གཟིམ་པར་མཛད། ཉིན་གཅིག་མོ་རངས་ཀྱི་མནལ་ལམ་དུ་རང་གི་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཞི་རྒྱ་སྐྱོ་  
ཡིན་ཟེར་བའི་ཁྱེད་ཅུང་དུ་ཞིག་གིས་ཤེས་དཀར་པོའི་བུ་མ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
ཞིག་ཕྱག་ལ་བཞེས་ནས། ཁྱེད་དེ་ན་རེ། བྱ་མོ་ཁྱེད་སྐབས་འདི་དང་འབྲུང་བའི་སྐབས་ལྟན་  
ཡིན་པས་སྐབས་འདི་ཆེན་པོ་སྐབས་ཤིག་དང་འདོད་པའི་དོན་རྣམས་འབྱུང་བར་འབྱུར་  
རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་ལྷ་མི་ཀ་ར་ཡིས་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་ལ་ཕྱི་ལམ་འདི་འདྲ་མཐོང་  
གསུངས་ཤིང་ཡུལ་འདིར་སྐབས་འདི་ཆེན་པོའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་ལ་མཁས་པའི་སྐབས་སུ་  
ཞིག་བཞུགས་ཞེས་ཡུལ་དེའི་མི་རྣམས་ལ་བྱིར་བྱོན་དུས་དཔལ་ཕྱག་ན་དོ་མཛེས་སྐབས་པ་  
བཅུན་པ་ཞིག་དང་ཞུས་མཛུལ་ནས། བཅུན་པ་དེ་ན་རེ། སྐབས་འདི་ཆེན་པོའི་ཆོས་འཁོར་  
བསྐྱོར་བ་ལ་མཁས་པའི་སྐབས་སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་རྣམ་སྐབས་སྐབས་འདི་ལོ་དཔལ་  
དངོས་གྲུབ་ཅེས་བྱ་བ་འདི་རང་ཡིན་པས་ད་བྱ་མོ་ཁྱེད་སྐབས་འདི་རྒྱུད་ནས་སྐབས་འདི་ཆེན་པོ་

ཕྱག་སྟོང་སྟུན་སྟོང་གི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་མན་ངག་དང་བཅས་པ་ལྷུས་ཤིག་གསུངས་  
ནས་ལུང་བསྟན་ཏོ། །དེ་ནས་ལྟུ་མི་ཀ་རས་རང་གི་འིན་ཅན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་རྩོ་བོ་དཔལ་  
དངོས་བྱུ་ཉི་མངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་དངོས་ཡིན་པར་ངོས་ཟིན་ནས་དད་པའི་ལུས་ཀྱི་  
བ་སྟུ་ཐམས་ཅད་གཡོ་ཞིང་དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཉིས་ལ་ཐེབས་པ་དང་སྒྲ་མ་རྩོ་བོ་དཔལ་  
དངོས་བྱུ་ཀྱི་བྱང་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བར་མཛད་ནས་སྒྲ་མས་ལྟུ་མི་ཀ་རའི་མཆོན་ལ་དགོ་  
སྟོང་མ་དཔལ་མོ་ཞེས་མཆོན་གསོལ་ཏོ། །

### ༡༽ ཀུན་དོན་དུ་སྦྱང་མཛད་བཞེས་པ།

དེ་ནས་དགོ་སྟོང་མ་དཔལ་མོས་སྒྲ་མའི་བྱང་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་  
སྟུན་རས་གཟིགས་ཕྱག་སྟོང་སྟུན་སྟོང་གི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་མན་ངག་དང་བཅས་པ་  
ལྷུས་ཏེ། རང་གི་འིན་ཅན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་རྩོ་བོ་དཔལ་དངོས་བྱུ་ཀྱི་བྱང་ནས་དགོངས་པ་  
ལྷུས་ནས་རྒྱང་གསུམ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་ཐེབས་ནས་འཇག་མའི་སྤྱིལ་པོ་ཞིག་ཏུ་  
བཞུགས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟུན་པར་མཛད་ཅིང་སྒྲ་བ་བདུན་ཅམ་གྱི་རྗེས་ལ། ཉིན་  
གཅིག་ཞབས་ཀྱི་མཐེ་བོང་གཅིག་གཡལ་བ་ཅམ་བྱུང་བས་འབྲུམ་རྩུང་ཞིག་བྱུང་། དེ་ནས་  
སྤྲིན་ཐོར་གཅིག་ཏུ་སོང་བས། དེའི་རྒྱུ་བྱས་ཞབས་ཀྱི་མཐེལ་ནས་སྤྱི་བོའི་གཙུག་བར་  
འབྲུམ་མཛེས་གང་རོ། །སྟོ་བྱར་དུ་སྦྱང་མཛད་ཐོ་དེ་བཞེས་པའི་དོན་ནི་སྤྲན་གྱི་ལུས་ལ་  
སྦྱང་མཛད་ཐོ་དེ་མ་ལེན་ན་ཡུལ་དེའི་མི་རྣམས་ཏ་ཅང་གི་སྟུག་བསྟུལ་ཞིག་སྟོང་དགོས་  
པ་འདུག་དགོངས་ནས་བྱང་སེམས་མའི་ཐུགས་ལ་འཁྱུངས་སོ། །

དེ་ནས་དགོ་སྟོང་མའི་སྦྱང་མཛད་ཐོ་དེ་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མས་མཐོང་བ་  
དང་ཁོ་ཏ་ཅང་གི་སེམས་སྟོན་ནས་དུས། དེ་ནས་དགོ་སྟོང་མས་བསམ་འཕེལ་མ་སྟོན་པས་  
བྱེད་མི་དགོས། སྤྲན་མ་ཁྲན་ནས་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལ་

ན་བ་ཡིན་གསུངས་མོ། །དེའི་སྐྱབས་ལ་གཤམ་མོ་བསམ་འཕེལ་མས་དགོསྟོང་མ་ལ་  
ལུས་ཀྱི་སྟོན་མ་ཅི་དག་གིས་ཞབས་ཏོག་དང་། དག་གི་སྟོན་མ་བསྐྱུགས་བཟོད་དང་། ཡིད་  
ཀྱི་སྟོན་མ་དང་པའི་ཞབས་ཏོག་བཅས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་ཞབས་ཏོག་ཆད་མེད་  
ཞུས་མོ། །དགོསྟོང་མ་སྤྱད་མཛེ་དག་པོ་ཞིག་གིས་ཟིན་ཏེ་བཞུགས་པའི་ཆེ་གཤམ་མོ་  
བསམ་འཕེལ་མར་དེ་ནས་བཟུང་སེམས་ལ་མདའ་ཐོག་བ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱུང་བས།  
ཞབས་ཏོག་གང་འདྲ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་མ་ཕན། དེ་ནས་དགོསྟོང་མ་དབལ་མོའི་སྐྱུ་ལུས་ཀྱི་  
སྤྱད་ལྷག་སྤྱང་ལས་ཀྱང་སྤྱག་ཏུ་མོང་ནས་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཡང་ད་དུང་ཡང་བྱང་སེམས་མས་  
སྤྱགས་སྤྱད་ལ་སེམས་སྤྱགས་དང་སྟོནྟོན་མ་ཆུང་པའི་ངང་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་  
ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གཟུངས་སྤྱགས་ཡི་གེ་དྲུག་མ་ཨྱི་མ་ཏི་  
པ་རྗེ་ལྷོ་སྟོང་བཞིན་བཞུགས་མོ། །

གླ་བ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ལ་སྐྱར་ཡང་འཕེགས་ཤིང་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བཞུགས་པའི་  
 རང་གི་ཙུ་མ་འཕེ་གླ་མ་རོ་པོ་དཔལ་གྱི་བྱང་དུ་ཤོན། ལྷག་གསུམ་འཆ་ལ་ནས། གླ་མ་རོ་པོ་ཆེ་  
 ལགས། བདག་གི་ཕྱས་ལ་བྱང་བའི་མཛེ་ནད་འདི་ལ་བན་པའི་ཡི་དམ་གྱི་སྣ་ཞིག་གནང་  
 བར་ཞུ་ཞུས་པས། གླ་མ་འཕེ་ཞལ་ནས་སྐྱ་དང་ས་བདག་འདྲལ་བ་ལ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་  
 ཆེན་པོ་བཅུ་གཅིག་ཞལ་འདི་ལས་སྣག་པ་མེད་པས། ད་ཁྱོད་འདིར་མ་སྤྱད་པར་འདི་ནས་  
 རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བུ་བའི་ཕྱལ་ཞིག་ཡོད་པས། དེ་ན་འཕགས་པ་  
 སྐྱོན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྣ་ཁང་ཁྲ་སར་བ་ཤི་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་བྱང་དུ་སོང་ལ་  
 འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྐྱབས་ཤིག་ཅེས་ཕྱང་བསྟན་ཏོ། །དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དཔལ་  
 མོས་གླ་མ་ལ་འདི་ལྟར་ཞུས།

མི་འགོ་བྱས་ན་སྤྱི་མཐོ་བཀའ་དང་འགལ།

འགོ་ན་རྒྱུ་བྱང་ཟེར་ནས་ཞུས་པ་དང་། །

སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་ལྟར་གསུངས།

ཀྱིན་བྱང་ན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན། །

ལས་བྱང་ན་སྤྲིག་པའི་བྱུག་ཤིང་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོ་སྐྱ་མ་དང་འབྲལ་མ་པོད་པར་སློང་ལ་མདའ་པོག་  
པ་ལྟ་བུའི་སྤྲིག་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱང་ནས་སྤྲིན་ཆབ་མང་དུ་བསེལ་བཞིན་འདི་སྐད་  
ཅེས་ཞུས་སོ། །

ཀྱེ་མ་ཀྱེ་ཏུད་སྐྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །ཆེ་རབས་སློན་ནས་ད་ལྟ་ཚུན་ཆད་དུ། །ལས་དང་  
སློན་ལམ་དག་པས་ཞལ་མཇལ་བའི། །ང་ཡི་སློ་གཏད་སྐྱ་མ་བྱིད་ལས་མེད། །ང་ལ་ཆེ་  
འདིར་བྱིད་རང་མ་གཏོགས་པ། །ཁོར་དང་གྲོགས་ནི་བདག་ལ་དགོས་པ་མེད། །ལས་ཀྱི་ཤི་  
འབྲལ་བྱང་ན་བྱ་ཐབས་མེད། །མ་ཤི་གསོན་འབྲལ་བྱིད་པ་ག་ལ་པོད། །ཅེས་ཞུས་ནས་སྐྱ་  
མའི་ཞབས་ལ་བྱུག་འཐམས་ནས་འབྲལ་བ་མེད་པར་རྗེས་སུ་བྱངས་ཤིག་ཅེས་སློན་ལམ་  
བཏབ་པས། སྐྱ་མས། སྐྱ་མ་དང་སློབ་མ་རྒྱང་ན་དགའ། བྱིད་ཀྱི་འདོད་པའི་དོན་རྣམས་  
འབྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོ་སྐྱ་མ་དང་བྲལ་མི་  
པོད་པ་ཡིན་ཀྱང་སྐྱ་མའི་བཀའ་བཞིན་ཐེབས་དགོས་པའི་སྤྲིན་ཆབ་མང་དུ་བསེལ་ཞིང་སྐྱ་  
མར་བྱི་མིག་ལོག་བཞིན་ལོག་བཞིན་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱ་གར་འར་  
ཕྱོགས་སུ་ལི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ཐེབས་པའི་འགོ་འཇུགས་མཛད་དོ། །

དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་འཕེགས་སྤྱི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ནགས་ཆལ་དུ་འབྱོར་ནས་  
དེར་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་མཛད་ཀྱིན་བཞུགས་སྐྱབས་དེར་གཙུག་ལག་ཁང་དེའི་སྐྱ་མ་  
དགོངས་པ་རྫོགས་ནས་ལོ་ལྷ་དུག་ཅམ་སོང་ཡང་ད་བར་ཡང་སྲིད་ལྟ་བུ་མ་འབྱོར་བར་  
ལུས། དེ་དུས་ཡུལ་དེའི་རྒྱལ་སློན་རྣམས་དང་དགེ་སློང་ཀུན་ལ་འཕེགས་སྤྱིའི་ནགས་ཆལ་  
ན་དགེ་སློང་མ་མཁས་ཤིང་སྐྱབ་པ་ལ་གཞིལ་བ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་པར་རྒྱས་སོང་ནས་དེ་  
ཉིད་འཕེགས་སྤྱིའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མཁན་པོར་བསྐོས་དགོས་པའི་གྲུབས་གྲོས་མཛད་  
ནས་དགེ་སློན་སོགས་ཁོང་མཇལ་དུ་ཐེབས་ཏེ་ཁོང་གི་གནས་ཚུལ་ཀུན་ཞུས་པས། དགེ་

སྟོང་མས་གཅིག་ནི་དེད་རང་བྱད་མེད་ཅིག་ཡིན་པས་སྒྲིམ་པ་གྲུ་པའི་མཁན་པོ་བྱེད་པ་གང་  
ལ་འོས་གསུངས་ཏེ་ཞལ་གྱིས་མ་བཞེས་ཀྱང་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱུ་ཚུགས་བརྒྱབས་པས་ཞལ་  
གྱིས་བཞེས་ཏེ་དགྲུང་ལོ་ཉེར་གཅིག་ནས་འབེགས་སྤྱིའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕེབས། དེར་  
དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་མཁན་པོའི་བཞུགས་ཁྱིམ་མངའ་གསོལ་མཛད་པ་ལྟར་འདུས་སྡེར་  
དུས་རྒྱུན་རི་ལྟར་འཆོམ་པའི་གསུང་ཆོས་ཟབ་མོ་སྦྱལ་དང་སྦྱོལ་བཞིན་བཞུགས། འདུལ་  
བའི་བཅས་པ་སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱང་མིག་འབྱས་བཞིན་དུ་བསྐྱུངས། མ་ཟད་དགེ་འདུན་  
གྱི་སྡེ་ཡང་སྦྱིར་སྡེ་སྟོན་གསུམ་དང་ལྷག་པར་དུ་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་བྱང་ཆུབ་པར་མཛད་  
ནས་གཞི་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་པར་མཛད་པས། མི་སྦྱོལ་པོ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
འབེགས་སྤྱིའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གྲུ་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱགས་བཞེད་ཆེན་པོ་བྱས། དེ་ཡང་  
དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མའི་སྦྱ་ཁྲིན་ལ་དེ་ལྟར་བྱང་བར་བཞེད་དོ། །

དེ་ནས་དགྲུང་ལོ་ཉེར་ལྔ་ལོན་པའི་སྐབས་སྟར་གྱི་སྦྱང་ཟུག་སྟུག་ཏུ་སོང་སྟེ་ཆོ་བ་  
གསུམ་ཙམ་གྱི་རྗེས་ལ་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མའི་ཞབས་གྱི་སོར་མཛུབ་བརྩེ་ཆད། དེ་ནས་ཆོ་  
བ་ལྔ་ལོན་པ་དང་ཕྱག་མཛུབ་བརྩེ་ཆད། དེའི་ཆེ་དཔོན་གཡོག་གཉིས་ཀའི་ཐུགས་ལ་སྟུག་  
བསྐལ་དག་པོ་བྱང་བས། བསམ་འཕེལ་མས་སྒྲ་མ་འདྲག་མའི་སྦྱིལ་པོ་ཞིག་གི་འགམ་དུ་  
ཡོལ་བས་བསྐྱོར་ཏེ། སྦྱ་ལུས་གཞན་གྱིས་མི་མཛལ་བ་ལྟར་བྱས་ནས་བཞག་པའི་དུས་  
སྐབས་དེར་ཀུན་གྱིས་རྒྱག་ཁག་གི་བྱི་ཆོར་ནས་གྲུ་པ་གཞོན་པ་ཁ་གསུམ་གྱིས་དགེ་སྟོང་མ་  
ཕྱི་ལ་ཐོན་ཞུས་པས། བསམ་འཕེལ་མས་འཛོན་རྒྱ་མེད་ཟེར་བས། དེ་ནས་དགེ་སྟོང་མས་  
གསུངས། བསམ་འཕེལ་མ་ང་རང་རྩུན་དེད་ཀྱང་མི་རྩུན་རང་གི་ལུས་པོ་དེ་རྩུན་གསུངས་  
སོ། །བསམ་འཕེལ་མས་སྒྲ་མ་ཁྱུང་བ་ན་ཕྱག་ཞབས་མེད་པའི་སྐབས་ཀྱིས་དེར་སྟོན་ནས་  
ཁྱུང་ཅིག་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་བསམ་འཕེལ་མས་ཁྱུང་ནས་ཕྱོན་པས་ཞབས་ས་ལ་གཏུགས་པ་ལས།  
སྦྱ་ལུས་དེ་ཉིད་ཁྱུང་བོར་བ་ལྟར་བྱང་བས། དགེ་སྟོང་མ་འོ་བརྒྱལ་ལན་གསུམ་བྱང་ཞིང་

འཕགས་པའི་ཉོག་ཏུ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ནང་གི་མི་རྣམས་མ་དགའ་བས་ལམ་ཁའི་བྲག་ཕྱག་གཅིག་ཏུ་ཆོ་བ་གསུམ་བཞུགས་པའི་ཆེ། དགེ་སློང་མ་ན་རེ། བསམ་འཕེལ་མ་སླེང་མོ་བྱེད་ཡར་ཤོག་གསུངས། དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོས་སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞེན་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ལི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་འགྲོན་དགའ། གང་བྱེད་བདག་གི་མཛེན་དང་སྒར་ལས་ཀྱང་རེ་ལོང་དུ་སོང་ན་འགྲོ་མི་ཐུབ་པས་སྒྲ་མའི་བཀའ་དང་འགལ་ལོ་སྙམ་ནས། བསམ་འཕེལ་མ་ལ་འདི་ལྟར་གསུངས། ད་ཚིང་རང་ཁང་པ་ཤར་ལ་བསྟན་ནས་ཡོད་པའི་ཡུལ་ཕྱོགས་དེ་ལ། གནས་པོ་གནས་མོ་གཉིས་ཡོད་ས་དེར་སོང་ལ་སྒྲང་གཉིས་ཁྲིད་ཤོག་གསུངས་པས། དགེ་སློང་མའི་བཀའ་བཞེན་བསམ་འཕེལ་མས་ཡུལ་དེར་བྱིན་ནས་སྒྲང་གཉིས་དེད་ནས་འོངས་པས་དགེ་སློང་མ་དེ་ཉིད་ཕྱག་ཞབས་མེད་པས་རྒྱབ་མ་ཐུབ། སྒྲང་དེ་ཉིད་བྱོལ་སོང་དུད་འགྲོ་ཡིན་པའི་སྙམ་ས་ཀྱིས་ཡུལ་སྒྱུར་མ་ཤེས། དེ་ནས་སྒྲང་གི་རྒྱང་ལག་བཞི་སར་བསྐྱམས་ནས་བཞག་པས། དགེ་སློང་མ་བཞོན་ཚུགས་པ་བྱུང་། བསམ་འཕེལ་མས་ཀྱང་སྒྲ་མའི་དོག་ཁྲིས་དང་བཞེས་ཆས་སོགས་ཁུར་ཏེ་སྒྲ་མའི་རྗེས་སུ་བྱིན།

དེ་ནས་སྒྲ་བ་གཅིག་ཅུ་ཕེབས་པའི་རྗེས་ལམ་ཁའི་བྲག་ཕྱག་གཅིག་ཏུ་བྱིན་ནས་བཞུགས་པའི་ཆེ། དེའི་ལམ་དུ་ཆོང་བ་མི་ལྟ་འགྲོ་བ་གཟིགས་ནས་ཡར་ཤོག་གསུངས། དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོས་བྱེད་རང་རྣམས་ཡུལ་གང་ནས་ཡིན་གསུངས་པས། ཆོང་བ་རྣམས་ན་རེ། སྒན་རྣམས་ཁ་ཆེ་ཁྲི་བརྟན་ཟེར་བའི་ཡུལ་ནས་ཡིན་ལགས་ཞུས། བྱེད་ཅག་རྣམས་རྒྱལ་པོ་སུ་ཡི་ཞབས་འོག་ཡིན་གསུངས། སྒན་རྣམས་རྒྱལ་པོ་ཨི་རྩ་རྩ་ཉིའི་ཕྱག་ཞབས་ཡིན་ལགས་ཞུས། རྒྱལ་པོ་བཞུགས་ཡོད་དམ་གསུངས་པས། རྒྱལ་པོ་སྐྱ་གཤེགས་སོང་ཞུས། ཡུམ་ཡིད་འོང་བཟང་མོ་བཞུགས་ཡོད་དམ་གསུངས་པས། ཡུམ་ཆེན་ཡང་སྐྱ་གཤེགས་སོང་ཞུས། རྒྱལ་པོ་རྩམ་སྤ་ལ་བཞུགས་ཡོད་དམ་གསུངས་པས། རྒྱལ་པོ་རྩམ་སྤ་ལ་ནི་རྒྱབ་ཕྱོགས་རྣམ་དག་ཨོ་རྒྱན་སྒྲིང་ལ་ཆོས་ཞུ་བར་ཕེབས་ཞུས། འཕགས་པའི་སྤྱི་ལྟ་ཁང་གི་སྒྲ་མ་རྗེ་མོ་དཔལ་དངོས་ཐུབ་བཞུགས་འདུག་གམ་གསུངས་པས། སྒྲ་མ་རྗེ་མོ་དཔལ་



དངོས་གྲུབ་ཀྱང་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་ནས་ཆོ་བ་ཁ་ཤས་སོང་འདུག་ཞུས་  
སོ། །དགེ་སློང་མ་དབལ་མོའི་སྐུ་ལུས་ལ་མཛེན་དང་བླ་པོས་ཟེན་ཏེ་བཞུགས་པའི་ཁར་ཆོང་  
པ་རྣམས་ནས་ལོ་རྒྱུས་འདི་ལྟར་གསན་པས། དགེ་སློང་མ་ཐུགས་སྐྱོ་བ་ཆད་བཟུང་མེད་  
པའི་རང་ནས་དེར་ངལ་གསོ་བའི་ཆོང་པ་ལྷ་པོ་དང་བསམ་འཕེལ་མ་ལ་འདི་ལྟར་གསུངས།

ཀྱེ་མ་ཀྱེ་ཏུད་འདི་འབྲེེ་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ། །སྐྱོ་བའི་ལུས་ལ་སྐྱམ་པའི་མཛེ་ཡིས་  
ཟེན། །ལུས་ནས་ཐོན་པའི་རྣལ་ཁྲག་མཆོ་ལྟར་འབྱེལ། །སྟོན་པའི་གནས་ན་བླ་པ་སྤྱད་  
པའི་ནང་། །འཁོར་བའི་མི་ནི་སྤང་མ་ཅམ་ཡང་མེད། །ཡབ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དགོང་ལ་  
གཤེགས། །ཡུམ་ཆེན་ཨ་མ་ཆེ་འདིའི་སྤང་བ་བྱུང། །བསམ་སྟོབས་ཀྱང་པའི་མིང་པོ་ཆོས་ལ་  
ཁོས། །ཆོས་བསྐྱར་སྟོས་པའི་སྒྲ་མ་ཞིང་ལ་གཤེགས། །དམ་ཆིག་མེད་པའི་སྟོབས་མས་སྒྲ་  
མ་བཏོན། །སེམས་ལ་སྐྱོ་བ་ཡོད་དོ་བསམ་འཕེལ་མ། །ལས་ཀྱི་ཤི་འབྲལ་བྱུང་ན་བྱ་ཐབས་  
མེད། །མ་ཤི་གསོན་འབྲལ་མེད་དོ་བསམ་འཕེལ་མ། །ཞེས་གདུང་བའི་སྟེང་ག་འདི་ལྟར་  
གསུངས་པ་དང་། འཕེགས་སྤེལ་ཁང་གི་གྲིས་སྐུ་རྣམས་ཀྱང་ཞལ་དགེ་སློང་མ་བཞུགས་  
པའི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱར་ཏེ་བཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དབལ་མོ་དང་བསམ་འཕེལ་མ་གཉིས་པོ་ཏེ་ལམ་རྒྱུང་གྲགས་  
གསུམ་ཅམ་ཕེབས་ནས་དེ་གར་རྩེའི་སྤྱིལ་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཞུགས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་  
སྐྱབ་པར་མཛད་ཅིང་ཆོ་བ་གཉིས་ཅམ་བཞུགས་པ་ན། དགེ་སློང་མའི་སྤྱང་བླ་པ་སྤྱད་ལས་  
ཀྱང་སྤྱད་ཏེ་སོང་བས་དགེ་སློང་མའི་ཞལ་ནས། བསམ་འཕེལ་མ་གནས་འདིར་མཆོམས་  
ཁང་ཞིག་རྒྱུ་བས་གསུངས་པས། དེ་བཞིན་བསམ་འཕེལ་མས་དགེ་སློང་མའི་བཀའ་བཞིན་  
མཆོམས་ཁང་འདོམ་གང་གྲུ་བཞི་མ་ཞིག་བརྒྱབས་པས། མཆོམས་ཁང་དེ་བདུན་ཞག་  
གསུམ་གྱི་རིང་ལ་ལེགས་པར་བསྐྱབས།

དེ་ནས་དགེ་སློང་མས་བསམ་འཕེལ་མ་དེ་འདི་རུ་བསྐྱད་ན་ཀན་པ་དང་མོ་མཉམ་  
དུ་རུལ་པའི་དཔེ་བཞིན་འདུག་པས་འདི་རུ་སྟོན་པ་བས་བསམ་འཕེལ་མ་རང་སྤང་གཉིས་

པོ་ཡང་བདས་ནས་སྤོད། སྤར་རང་ཡུལ་ཁ་ཆེ་ཁྲི་བརྟན་ལ་ཡུམ་ཆེན་ཨ་མས་གནང་བའི་  
གཡུ་བྲེ་གང་དེ་ཡང་བསམ་འཕེལ་མ་རང་གིས་བྲིར་ནས་སོང་གསུངས་པས། བསམ་  
འཕེལ་མ་དེ་ཉིད་སེམས་ལ་སྒྲིགས་ངེས་འབྱུང་དག་པོའི་སྒོ་ནས་མིག་ནས་མཆི་མ་བྱུང་སྟེ་  
འདི་ལྟར་ཞུས།

ཀྱེ་མ་ཀྱེ་ཏུད་སྒོ་བ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། །སྒོན་ལམ་དབང་གིས་དཔོན་གཡོག་ལྟན་  
ཅིག་འཛོམས། །བྲིད་སྒྲུགས་བཅེ་བའི་བྱ་ཡང་ང་ཡིན་ཞིང་། །ང་ཡི་སྒོ་གཏད་པ་མ་བྲིད་  
ལགས་པས། །བྲིད་དང་བྲལ་ནས་གང་ཡང་བག་མི་ཆགས། །སྤྲད་ཅིག་ཙམ་ཡང་འབྲལ་  
བར་མ་མཆིས་པས། །ང་ལ་ཆེ་འདིར་བྲིད་རང་མ་གཏོགས་པ། །ཁོར་དང་གྲོགས་ནི་བདག་  
ལ་དགོས་པ་མེད། །དགེ་འདུན་སྒོ་བ་མའི་དཀྱིལ་དུ་བཞུགས་དུས་ཀྱང་། །བྲིད་སྒྲུ་བར་ཆད་  
ནད་ཀྱིས་ཟེན་ན་ཡང་། །ང་ནི་བྲིད་དང་ཡུད་ཙམ་འབྲལ་མི་ཤོད། །དེ་ནི་བྲེ་ཐང་དེ་ལ་སྟེབས་  
པའི་དུས། །ལས་ཀྱིས་ལི་བྲལ་བྱུང་ན་བྱ་ཐབས་མེད། །མ་ལི་གསོན་བྲལ་བྲེད་པ་ག་ལ་  
ཤོད། །བདག་ནི་ཞབས་ཏོག་སྒྲུབ་བཞིན་སྤོད་པར་ཞུ། །ཞེས་ཞུས་པ་དང་། དགེ་སློང་མ་  
དཔལ་མའི་ཕྱག་བསམ་འཕེལ་མའི་མགོ་ལ་བཞག་ནས་འདི་ལྟར་གསུངས། རྒྱུང་ནས་  
འགྲོགས་ཤིང་པན་སེམས་ཆེ་བའི་གྲོགས། །བཅེ་གདུང་ཅན་གྱི་བྱ་མོ་བསམ་འཕེལ་མ། །ད་  
ནི་བྲིད་ལ་པན་པའི་མཐའ་ཚྲོགས་པས། །སྤང་སྒྲོངས་འདི་ནི་ང་ཡི་དུར་ས་ཡིན། །སེམས་  
ཅན་དོན་ལ་གྲུབ་པའི་ན་ཆ་འདི། །རྗེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་པན་པ་མི་སྲིད་པས། །ད་ནི་མི་མིན་  
མཛེ་མའི་རོ་ཡིན་ནོ། །མཛེ་མའི་རོ་ལ་ཞེན་ཆགས་མ་བྲེད་པར། །བྱ་མོ་གང་དགའི་ཡུལ་དུ་  
འགྲོ་ན་ལེགས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་བསམ་འཕེལ་མས་ཞུ་བ་འདི་ལྟར་ལྟུ།

ཆེ་རབས་སྒོན་ནས་ད་ལྟ་ཚུན་ཆད་དུ། །ལས་དང་སྒོན་ལམ་དག་པས་ཞལ་མཇུག་  
བའི། །སྒོ་གཏད་སྒྲུབས་མགོན་བྲེད་པའི་དགེ་སློང་མ། །ང་ཡིས་རྒྱུང་ནས་བྲིད་ཀྱི་ཞབས་  
ཏོག་ཞུས། །ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཞབས་ཏོག་ཅི་འབྲུབ་བྱས། །རང་དོན་བདེ་སྤྲིད་ཙམ་  
ཡང་བྲེད་མ་སྤྱོད། །བྲིད་ཀྱི་ལུས་ལ་ཐེབས་པའི་ན་ཆ་དང་། །བདག་གི་སེམས་ལ་ཕོག་

པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གཉིས། །ཆ་གང་མཉམ་དུ་སྤྱང་བ་མ་གཏོགས་པར། །རང་དོན་སྐྱད་ཅིག་  
ཅམ་ཡང་བྱེད་མ་སྤྱང་། །སྤྱི་ཀྱི་ཐུགས་ལ་འགྱུར་བ་མ་དགོངས་ན། །ང་ལ་སྐྱལ་བ་བཟང་  
པོ་ཡོད་ཀྱང་ན། །དགེ་སྤྱོད་སྤྱི་དང་ཆེ་འདིར་མཇུག་བར་ཤོག། །གལ་ཏེ་ཆེ་འདིར་མཇུག་  
བར་མ་ཀྱང་ན། །སྒྲེ་བ་འདི་ནས་ཕྱི་མར་གར་སྒྲིམ་ཀྱང་། །སྤྱི་ནི་ང་ཡི་སྒྲོ་བ་དཔོན་འགྱུར་  
བ་དང་། །སྤྱི་ཐུགས་དགེས་པའི་ཞབས་ཏོག་བསྐྱབ་པར་ཤོག། །ཕྱི་མ་བདེ་བ་ཅན་དང་  
མཁའ་སྤྱོད་དུ། །དཔོན་གཡོག་ལྷན་ཅིག་མཇུག་པའི་སྒྲོ་བ་ལམ་ཡིན། །ཞེས་ཞུས། དེ་ནས་  
བཟུང་མཆམས་ཁང་ནང་དུ་དགེ་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་པའི་བསམ་གཏན་ལ་བཞུགས་པ་ལ་ངེས་  
པར་གྱུར། མཆམས་ཁང་གི་སྤྱོགས་བཞི་ལ་བྱ་ག་སྟོན་ནས་མཆམས་ཤིང་རེ་རེ་བཀལ།  
མཆམས་རྩོམ་པོ་ཡོར་གསུམ་གསུམ་རེ་བཅིགས་སོ། །དེ་ནས་བསམ་འཕེལ་མ་སྒྲུ་མ་དང་  
འབྲལ་མ་པོད་ཀྱང་ཡུལ་གནས་ལ་སྒྲུ་མའི་བཀའ་བཞེན་སྒྲར་འགྲོ་དགོས་བྱུང་། སྒྲུ་མས་  
གནང་བའི་གཡུ་དེ་ཁྱར་ནས་སྤྱང་གཉིས་པོ་མདུན་དུ་བཅུགས་ནས་ཤར་གྱི་བྱ་ག་དེ་ནས་  
པར་ལ་འདི་ལྟར་ཞུས།

འདི་ཕྱི་སྤྱོད་སྐྱབས་གནས་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆེ། ང་རང་ཡུལ་གནས་ལ་ཅི་ཅམ་བསྐྱད་དེ་  
ལོག་ཞུས་པས། སྒྲུ་མས། བསམ་འཕེལ་མ་ཁྱེད་རང་ཁ་ཆེ་ཁྱི་བཟོན་དུ་མི་ལོ་བཅུ་གསུམ་  
སྟོན་ལ་ལོག་ཤོག་གསུངས། དེ་ནས་བསམ་འཕེལ་མ་དེ་ཉིད་སེམས་ལ་སྒྲུ་མས་ངེས་འབྱུང་  
དག་པོའི་སྒྲོ་བ་མིག་ཚུ་ཆར་ལྟར་འབབ་བཞེན་ལན་གཉིས་པ་ཞུས་པས། དེ་ནས་དགེ་  
སྤྱོད་མས་མི་ལོ་དགུ་སྒྲུ་བ་དགུ་དང་ཞག་དགུ་སྟོན་ལ་ལོག་ཤོག་གསུངས། བསམ་འཕེལ་  
མས་བྱུག་མང་འཆལ་ཞིང་འདི་སྐད་ཞུས།

ཀྱི་མ་ཀྱི་དུད་ཐུགས་རྩེ་རྒྱུང་། །བདག་གི་སྒྲོ་གཏན་སྤྱི་ལ་འཆལ། །ང་ལ་ཆེ་འདིར་  
ཁྱེད་རང་མ་གཏོགས་པ། །ཆོས་འབྲེལ་ཞུ་བའི་སྒྲུ་མ་བདག་ལ་མེད། །ལས་ཀྱིས་ཤི་བྲལ་  
བྱུང་ན་བྱ་ཐབས་མེད། །མ་ཤི་གསོན་བྲལ་བྱེད་པ་གལ་པོད། །དགེ་སྤྱོད་མས་ལོ་ན་མི་ལོ་  
བདུན་དང་ཞག་བདུན་སྟོན་ལ་ལོག་ཤོག་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་བསམ་འཕེལ་མས་སྒྲུ་མ་

དང་འབྲེལ་མ་པོ་དག་གི་སྒྲིག་མའི་བཀའ་བཞུགས་ཀྱི་དྲུག་ཐབས་དང་བྲེལ་ནས། བསམ་འཕེལ་  
མས་ཕྱག་མཇུག་ཏུ་འཆོལ་ཞིང་སྒྲིག་མ་བཞུགས་པའི་ཤར་གྱི་བྱ་བ་ནས་མེ་ཏོག་གི་སྤོང་བ་ཞིག་  
ཕྱེས་ནས་སྤྱར་མཁྱེགས་མཇུག་པའི་སྒྲིག་ལམ་བཟུང་སྟེ་མིག་ཆུ་འབྲེལ་མེད་ཏུ་གཏོང་  
བཞུགས་དྲུག་པ་རིང་ཐོན་ནས་སྤྱི་བཟུང་བཟོད་སྒྲིགས་མེད་བཞུགས་ཏུ་ཀླང་བ་བྱི་འཕེན་  
བཅས་འགྲོའོ། །

### ༥༩ བསམ་འཕེལ་མ་རང་ཡུལ་ཏུ་ཡོག་པ།

དག་སྒྲོང་མ་དབུ་མོས་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་སྒྲར་འགྲོ་བའི་ཆོས་ནས་བཟུང་སྟེ་  
ཞབས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡུལ་ཏུ་བཞུགས། སྤུལ་ཆོག་མཇུག་པར་བསྐྱར། རང་ཡུལ་འཕགས་པའི་  
དཀྱིལ་འཁོར། དག་གིས་ཡི་གེ་དྲུག་མའི་དཀྱིལ་འཁོར། ཐུགས་གསལ་སྒྲོང་འཛིན་བ་མེད་  
པའི་དཀྱིལ་འཁོར། དཀྱིལ་འཁོར་གསུམ་གྱིས་སྒྲིབ་བ་ལ་བཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་བསམ་འཕེལ་མ་མཆོམས་ཁང་ནང་ཏུ་བཞུགས་པའི་སྒྲིག་མ་དང་བྲེལ་དུས་  
སྤྱི་བཟུང་སྟེ་མ་ལ་བཞུགས་པ་ལྟར་སྤྱི་བཟུང་བཟོད་སྒྲིགས་མེད་བཞུགས་ཏུ་སྒྲིང་གཉིས་  
མཇུག་ལ་འདྲེད་ཀྱིན་མིག་ཆུ་མཇུག་ཏུ་གཏོང་ཞིང་བྱི་མིག་ལོག་གིན་ལོག་གིན་ཁ་ཆེ་ཁྱི་བཟོན་  
གྱི་ཡུལ་ལ་ལོག་གོ། བསམ་འཕེལ་མ་ལམ་དུ་སྤྱར་གྱི་དཔོན་གཡོག་གཉིས་པོ་བཞུགས་  
པའི་བྲག་ཕྱག་དེའི་ནང་ལ་སྒྲེབས་པས། སྒྲིག་མ་བཟོན་པའི་གཏུང་ཕྱགས་གྱིས་སྒྲོ་ཤིང་བྲག་  
པོའི་སྒྲོ་ནས་མིག་ནས་མཆོམས་སྤྱར་སྟེ་སྤྱོད་པའི་ཆེ། སྒྲོས་བྱི་དང་བཟང་པོའི་བྱི་ཆོར་བ་ལྟ་བུ་  
བྱུང་ངོ་། །དེར་སྒྲིག་མའི་སྤྱི་བཟུང་ལས་བསམ་པའི་རྣམ་ཐར་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་ཆགས་པ་དེ་  
རྣམས་བཞུགས་ནས་སྒྲར་ལམ་དུ་བྱིན་ཏོ། །

དེ་ནས་སྒྲིང་གཉིས་གནས་པོ་དེའི་ལག་ཏུ་སྤྱད། བསམ་འཕེལ་མ་མོ་རང་ཁ་ཆེ་ཁྱི་  
བཟོན་ཡུལ་ཀྱུ་ཁམས་དེ་ལ་སྒྲེབས་པ་དང་། དེར་སྒྲིག་མའི་ཐུགས་རྒྱུ་པོ་རྣམས་སྤྱི་

ལར་སྤྲེལ་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་ནམ་མཁའ་དང་། ཆུང་བ་བྱང་ཆུབ་ལེགས་པ་གཉིས་འབྲུངས་  
ནས་འདུག །བསམ་འཕེལ་མ་རྒྱལ་པོའི་མཁར་དུ་སླེབས་པ་དང་རྒྱལ་པོ་རྣམ་སྤྲེལ་དེ་  
ཐུགས་ཤིན་ཏུ་གཏུམ་པོ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་པས་ལོ་མང་པོ་ཞིག་གི་སྟོན་ལ་ང་དང་མཉམ་  
དུ་ཕེབས་པའི་རྒྱལ་པོའི་སྤང་ལོ་ལྟམ་ཀ་ར་མི་མེད་ཐང་སྟོང་ཞིག་ཏུ་བཞུགས་ནས་ཡོད་  
པའི་གཏུམ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་ལ་ཁྱེ་མ་སྤྲུབ་པར་བསམ་འཕེལ་མ་ཡན་ལག་རྣམས་འདར་  
བཞིན་འདར་བཞིན་ཕྱིན་པ་དང་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་གཟིམ་ཆུང་ཀ་བཞི་པའི་ནང་དུ་འབྱོར། དེར་  
སྤར་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཨི་རྩ་རྩུ་ཉི་དང་། དུམ་ཡིད་འོང་བཟང་ལོ་ཡང་ཞིང་ལ་གཤེགས་  
ནས་མེད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་རྣམ་སྤྲེལ་ལ་ཡང་རུབ་ཕྱོགས་རྣམ་དག་ཨོ་རྒྱུ་གྱི་ཡུལ་ལ་གསུང་  
ཆོས་ཁྱེ་བར་ཕེབས་ནས་བཞུགས་མེད་པ་དང་། སྤར་སྟོ་བའི་སྤྲོ་ཐོས་པ་དེ་ལ་དངོས་མར་  
མཐོང་བ་དང་བསམ་འཕེལ་མ་ཤིན་ཏུ་སྒོ་པམ་ཆེ་བའི་ངར་དུ་ལུས། དེ་ནས་མོས་ཉིན་རེ་  
བཞིན་དུ་རང་གི་སྒྲ་མ་བྲན་པའི་གདུང་ལྷགས་སྟོ་ཤས་བྲག་པོའི་སྟོ་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ངར་  
ནས་ཉིན་རེ་ནས་མི་ལོ་བདུན་ནམ་ཞིག་རྫོགས་ཡོང་བསམས་ནས་ཅི་བཞིན་བསྐྱད་དོ། །

### ༦༥ ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བྱ་བྱོན་པ།

དེ་ནས་བཟུང་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་ལོ་ལ་འཕགས་པ་སྤྲུན་རས་གཟིགས་ཕྱག་སྟོང་སྤྲུན་སྟོང་  
གི་ཞལ་གཟིགས་མ་བྱུང་བར་དུ་དམིགས་བསམ་ལ་དུ་སྟོངས་ཐོགས་བྱེད་པའི་བཀའ་སྤྱང་སྤྲེལ་  
ཆེན་སྤྲུང་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་ཕྱག་དུག་པ་དང་། ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བྱ་བའི་ཡུལ་  
དེའི་ཉ་སྟོའི་གཞི་བདག་གིས་འཆོ་བ་ལེགས་པར་ལུལ་བར་མཛད། དེར་སྒྲ་བ་བདུན་དང་  
ཞག་བདུན་ལོན་པ་དང་། དགེ་སྟོང་མ་ལ་མནལ་དང་འོད་ཟེར་འདྲེས་པའི་ཉམས་སྤང་ཞིག་  
ལ། སྤྲེལ་དུ་གྱི་བཤང་ལམ་རྩ་ལམ་ནས་སྤེལ་སྟོང་ཉ་སྤྲུལ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཐོན་ཏེ་ས་

འོག་ལ་སོང་བར་མནལ་ལམ་དུ་གཟིགས་ཏེ། ཞལ་ནས་ཡི་གེ་དྲུག་མ་གཤེད་མེད་ཀྱི་ངང་  
ནས་འདོན་བཞིན་བཞུགས།

དེ་ནས་ལོ་གསུམ་ཆེ་བ་གསུམ་དང་ཞག་གསུམ་ལོན་པ་དང་དགེ་སློང་མས་སྡོན་  
ཆེ་མ་རྩེ་བོ་དཔལ་དངོས་བྱུང་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་  
བྱ་བའི་ཡུལ་དུ་འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱ་ཁང་ཁ་སར་པ་ཁྱི་རུ་འགོ་ནས་ཐུགས་  
རྩེ་ཆེན་པོ་བསྐྱུབ་དགོས་བསམས་ནས་ཐུགས་གསལ་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་བཞེངས་ཏེ་  
མཆོམས་སློ་ཕྱི་བར་མཛད་དོ། །

དགེ་སློང་མ་དཔལ་ལོ་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བྱ་བའི་ཡུལ་དུ་  
སྐྱེ་རྒྱུ་ཕེབས་པར་མཛད་དུས་སྐྱེ་ལུས་ལ་བསྐྱམས་པའི་སྦྱང་མཛེ་སྤར་ལས་ཀྱང་སྐྱག་ཏུ་  
སོང་ནས་ཞབས་བཅག་དུས་ཏ་ཅང་གི་དཀའ་ངལ་བྱུང་། ཡིན་ཀྱང་ཆེ་བ་གསུམ་དང་ཞག་  
གསུམ་ཕེབས་ནས་འཇག་མའི་སྤྱིལ་པོ་ཞིག་གི་འགམ་དུ་བཞུགས་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་  
འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་སློམ་བཞིན་གཟུངས་སྐྱགས་ཡི་གེ་དྲུག་མ་ཨོ་མ་ཁྱི་བསྐྱེ་རྒྱུ་  
སློང་བཞིན་བཞུགས་སོ། །དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དེར་འཇག་མའི་སྤྱིལ་པོ་འཇག་དུ་ལོ་  
གཅིག་ཆེ་གཅིག་དང་ཞག་གཅིག་བཞུགས་ནས། ཡང་བསྐྱར་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ལ་  
ཕེབས་པར་མཛད། ཡིན་ཀྱང་སྦྱང་མཛེ་སྤར་ལས་ཀྱང་ཏ་ཅང་གི་སྐྱག་ཏུ་སོང་ནས་ཕེབས་  
པ་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་བྱུང་ངོ། །

དེ་ནས་དགེ་སློང་མའི་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དབུ་སྐྱ་རྣམས་གར་སོང་ཆ་  
མེད་དུ་འཁོར་ནས་དགེ་སློང་མའི་དབུ་མར་སྒྲོགས་དང་བྱུང་མེད་གྱུར། དེ་ཞིག་ལུས་ཀྱི་  
མདོག་ཀྱང་ཁམ་མདོག་ཏུ་གྱུར། སྐྱེན་ཀྱི་ཟུལ་འབྱུ་རྣམས་ཉམས་ནས་ཁདོག་འཛིན་མ་ཐུབ།  
སྐྱེན་རིལ་རྣམས་མཐེལ་ལ་བབས་ནས་ཞལ་རས་སྦྱང་དུ་ཆུ་དོང་འབར་གྱུར། ཞལ་ཆེམས་  
དཀར་པོ་རྣམས་མེར་བོར་གྱུར། ཐུག་མཛུབ་དང་ཞབས་མཛུབ་རྣམས་མཐིག་མ་ནས་ཆད་  
དེ་རིལ་རིལ་གྱུར། གསུང་སྐྱད་ཀྱང་ཉམས་ནས་སྐྱ་མ་ཐོན། སྐྱེ་ལུས་ལ་ཐུགས་གཟེར་

བཏབ་པ་བཞིན་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་བྱང་། དགེ་སློང་མའི་ལུས་ལ་གྱུན་པའི་  
ན་བཟའ་རྣམས་ཁྲག་དང་རྣག་གིས་ཚོན་མདོག་གྱུར། སྐྱེ་ལུས་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་རྣམས་རུལ་ནས་  
སྟོད་པའི་གནས་ཀྱང་རི་རན་གྱིས་ཁྲབ། མི་རྣམས་ཀྱང་ཉེ་འཁོར་དུ་འགྲོ་བ་ལ་འཛེམས།  
འདི་འདྲ་ཞིག་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྟོང་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་བསྐྱམས་པའི་མཛེན་དྲག་  
པོ་དེ་ལ་བྱང་སེམས་མའི་སྤྱགས་སྟོ་སྤྱ་ཉག་ཅམ་ཡང་མ་སྟོ། ད་དུང་ཡང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
མའི་སྤྱགས་རྒྱུད་ལ་སེམས་ཤུགས་དང་སྟོ་སྟོབས་མ་ཆགས་པའི་རང་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་ལ་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གཟུངས་སྤྱགས་ཡི་གོ་དྲག་མ་  
བགྱང་བཞིན་བཞུགས་སོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲ་མའི་ལུང་བསྟན་བཞིན་དགེ་སློང་མ་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་པ་  
ལ་ཕྱག་ཞབས་གཉིས་མཐིག་མ་ལས་ཆད་ནས་མེད་པས་ཏ་ཅང་གི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཞིང་  
ཐབས་ཤེས་མཛད་ནས་སྐྱེ་ལུས་ས་ལ་རིལ་བཞིན་རིལ་བཞིན་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་བྱོན། ཉིན་  
ཞག་ཉེར་གཅིག་འདས་པའི་རུབ་ཅིག་ལ་ཤིང་བྱང་ཞིག་ཏུ་གཟིམ་པ་ན། དེ་ནས་རུབ་ཕྱོགས་  
ཨོ་རྒྱུན་སྒྲིང་ནས་རྗེ་བཙུན་འཕགས་པ་སྟོལ་མའི་རྣམ་འབྱུང་མཁའ་འགྲོ་མ་དམར་མོ་ཉེར་  
གཅིག་ནམ་མཁའ་ནས་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པར་འསྟོ་ཞིང་རང་གི་མདུན་འཁོར་ལ་  
ཕེབས་པར་མཛུམ། དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་ན་རེ། བྱིད་རྣམས་མཁའ་འགྲོ་མ་ཡིན་ན་བདག་  
འདི་ནས་ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་གྱི་ཡུལ་དུ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ཁ་སར་  
པ་ཉི་རུ་ད་ལྟ་རང་སྐྱེབས་པའི་དངོས་གྲུབ་ཅིག་སྤུལ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་ཞུས་པས། མཁའ་འགྲོ་  
མ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་རྩ་འབྱུང་གྱི་རང་ནས་དགེ་སློང་མ་ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་གྱི་ཡུལ་དུ་བསྐྱེད་  
ནས་རས་ཀྱི་ན་བཟའ་དང་འབྲས་ཀྱི་འཚོ་བ་རྣམས་ཕྱལ་ནས་ནམ་མཁའ་ཡལ་ལོ། །

དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོས་ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ་ཁ་སར་པ་ཉིའི་  
གཏུག་ལག་ཁང་དེ་མཛུམ་བ་དང་སེམས་ལ་དགའ་བ་ཚད་མེད་བྱང་། དགེ་སློང་མ་གཏུག་  
ལག་ཁང་གི་ནང་དུ་བྱོན་སྐབས་ཉི་མ་ཤར་ཏེ་ཕོག་པ་དང་དུས་མཉམ་བྱུང་ཞིང་སངས་རྒྱས་

ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཉི་བསྟན་མ་ཤར་བའི་སྤང་བ་བྱང་། མི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བྱ་བའི་ཡུལ་དེ་  
ཡང་མཁའ་སྟོན་དག་པའི་སྤང་བ་བྱང་། ཐུགས་སྟོ་བའི་པའི་ངང་ནས་དགེ་སྟོང་མ་ལ་ཐུགས་  
རྩེ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྲེལ་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཐུགས་རྩེ་སྤང་མཁྱེགས་འབྱུང་བའི་རྟེན་  
འབྲེལ་ཡང་ཉ་ཅང་བཟང་པོ་བྱུང་ངོ་། །

དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོ་ལྷ་ཁང་དེའི་ནང་དུ་བཞུགས་པར་འདོད་པས། ཁ་སར་པ་  
ཁིའི་ལྷ་ཁང་དེ་ལ་བདག་འཛིན་བྱེད་པའི་དཀོན་གཉེར་ཞིག་ཡོད་པས། དཀོན་གཉེར་དེ་ན་  
རེ། བྱེད་ལྷ་ཁང་འདི་དུ་སྟོན་པའི་འདོད་པ་ཡོད་ཀྱང་དང་པོ་སྟེ་བ་དམན་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་  
སྟེ་བ་དང་། གཉིས་པ་མཛེན་དག་པོ་དེ་འབྱར་ནད་ཡིན་པས་ན། བྱེད་འདིར་སྟོན་དུ་མི་  
བྱང་གི་ཕྱིར་སོང་ཞིག་བྱས་ནས་སྟོར་ཕྱིར་བཏོན་ནས་སྟོན་དུ་མ་བཅུག་གོ། དགེ་སྟོང་མ་ལྷ་  
ཁང་གི་རྒྱལ་ཕྱོགས་སུ་བྱོན་ཏེ་རྩེ་སྤྲེལ་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཞུགས་ནས་ཉིན་གཅིག་བསྟེན་  
གནས་དང་ཉིན་གཅིག་སྤྲེལ་གནས་ལ་རེས་མོ་བྱས་ཏེ་ལོ་གསུམ་དང་ལྷ་གསུམ་དང་ཞག་  
གསུམ་སྟེན་པར་མཛད་ངོ་། །

དེ་ནས་རྒྱལ་གཅིག་ལ་རྩེ་སྤྲེལ་བྱའི་ནང་དུ་འཇའ་འོད་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་འགོངས་  
པར་གཟིགས། རྩེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཡིན་ཟེར་བའི་བྱེད་སྟེ་ལ་བཞོན་པ་ཞིག་  
བྱུང་བ་ལ། དེ་ལ་དགེ་སྟོང་མ་ན་རེ། བྱེད་བྱེད་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཡིན་ན་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་  
སངས་རྒྱས་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟེན་ཏུ་གསོལ་ཞུས་པས། བྱེད་དེའི་ཞལ་ནས་དུས་གསུམ་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་པོ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་བཅུ་གཅིག་ཞལ་དེ་རང་  
སྟེན་པར་དང་། བྱེད་ཆེ་འདི་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདུག་གོ། ཞེས་གསུངས་  
ཤིང་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མའི་ལྷ་ཐོག་དུ་བདུད་རྩི་རིལ་བྱ་ཞིག་བཞག་ནས་བྱེད་དེ་དེ་མ་ཐག་  
དུ་མི་སྤང་བར་གྱུར་ཏོ། །རིལ་བྱ་དེ་དགེ་སྟོང་མས་བཞེས་པའི་ཐབས་ཤེས་མཛད། དེ་ནས་  
དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མའི་ལྷ་ཐོག་དུ་ཡོད་པའི་བདུད་རྩི་རིལ་བྱ་དེ་ཁོག་ནང་དུ་སོང་བའི་སྤང་  
བར་ཤར་ངོ་། །



ཉིན་དེ་ནས་བརྒྱུད་དགེ་སློང་མའི་མཛེན་དེ་སྤར་ལས་ཀྱང་སྤྱད་གཞི་དྲུངས་པའི་  
ངོ་ཤར། དེ་ནས་དགོང་ཞག་དྲུག་ཅུ་རེ་གཅིག་སོང་བའི་དུས་ན། དགེ་སློང་མ་རང་གི་མདུན་  
ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལ་ལོ་བརྒྱད་གཉིས་བཅུ་དྲུག་ལོན་པའི་ལང་ཆོ་དང་ལྡན་པ་ཕྱག་གཡས་ཤེལ་  
ཀྱི་འཕྲེང་བ་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད་བསྐྱམས། གཡོན་པས་ཅུ་སྒྲེས་ཀྱི་སྤང་པོ་འཛིན་པ་ཞིག་གིས།  
དགེ་སློང་མ་དཔལ་ལོ་ཆ་མོ་བྱིད་ལ་ཆེ་འདིར་མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་མི་འདོད་དམ།  
འདོད་ན་འདི་ནས་པར་ཆེ་བ་བདུན་དང་ཞག་གསུམ་བཞུད་པའི་སར་ལིང་ཁར་གླིའི་གཙུག་  
ལག་ཟེར་བའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་ཡོད་པས། དེའི་ནང་ལ་འཕགས་པ་ཕྱགས་མེ་ཆེན་པོ་བཅུ་  
གཅིག་ཞེས་སྐུ་དངོས་བཞུགས་ཡོད། དེར་མཇུག་བར་སོང་ཞིག་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དཔལ་ལོ་འཕགས་པའི་བཀའ་སྐྱབ་ཕྱིར་དཀའ་སྤྱད་དང་དུ་  
ཆངས་ཏེ་བྱོན་པས། ཉིན་ཅིག་བྱོན་པ་དང་སྐྱའི་སྤྱད་གཞི་མཛེ་ཡིན་སྟབས་ཞབས་ཀྱིས་བྱོན་  
མ་ཐུབ། དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དཔལ་ལོ་བཅུད་ཀྱི་ཕྱིར་བྱོན་པས། དེར་སྐབས་སྐུ་གཟུགས་ལ་  
ཐུག་གཟེར་བྲག་པོས་ཕྱི་དབུགས་ཆད་ནང་དབུགས་མ་ཆད་ཅུ་མ་ཞིག་གི་རང་ནས་སློབ་  
དང་མཆོན་པ་མཐོང་བའི་ཁུང་བུ་ཐོན་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་དུ་ཆངས་ཏེ་བཞུགས་སོ། །དེ་  
ནས་ཡང་ལོ་གཅིག་གི་རྗེས་ལ་དཔལ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་སྤྱལ་པ་ཁྲེའུ་ཞིག་ལོ་རང་གི་མིང་པོ་  
རྒྱམ་སྤ་ལ་ཡིན་གསུང་བཞིན་ཕྱག་གཡས་ན་ཆེ་བུམ་བསྐྱམས། གཡོན་པས་ཐོད་པ་རྩས་  
ཀྱིས་བཀའ་ནས་དགེ་སློང་མ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་སོ། །སྤང་མོ་ཉོན་དང་ལྷ་མི་ཀ་  
ར་མ། །དེ་རིང་མིང་པོའི་སྐད་ལ་ཡར་གསོན་དང་། །ཕྱག་གཡས་ཆེ་ཡི་བུམ་པའི་ནང་ཤེད་  
ན། །མཛེ་རིགས་བཙུན་པའི་ཁུང་ལ་བའི་ཁུང་ལ་ཡོད། །གཡོན་པ་ཐོད་པ་རྩས་ཀྱིས་བཀའ་  
བ་འདི། །ཟག་མེད་བདེ་བའི་ཉིང་འཛིན་རྩས་མཆོག་ཡིན། །རིག་པའི་རར་སྐྱེད་ད་ལྟ་ཡར་  
ལོངས་ཤིག །ཅེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་དགེ་སློང་མའི་ཕྱགས་དགོངས་ལ་མིང་པོ་རྒྱམ་སྤ་ལའི་གསུང་ཡིན་པ་  
མཁྱེན་ནས་སྐུ་གཟུགས་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཡང་ཡར་བཞེངས་པ་དང་། རང་གི་མདུན་ན་མི་

སྤྱ་ཡང་མི་འདུག་པས་དགེ་སློང་མ་རང་གི་བསམ་པ་ལ་ཆོས་སྟོན་དུ་མ་གྲས་པ་ནི་དེ་རང་  
ལགས། གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་ནི་རྣམ་ལྟ་ལ་ལགས་པས། སྦྱེས་པ་དང་སྦྱེ་དམན་གྱི་བར་ལ་སྦྱེ་  
རབས་དགུ་ཡོད་མེད་པ་དེ་བདེན་པར་འདུག་བསམས་ནས། དགེ་སློང་མ་དེ་ཉིད་ལོགས་  
ཀྱང་མེད་པས་སྦྱ་ལུས་འགྲུལ་མི་ཚུགས་ཀྱང་བཙོན་འགྲུས་དྲག་པོའི་སྐོ་ནས་ཞབས་སྦྱིལ་  
མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་ནས་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་བཏབ།

སྐྱུ་བས་གནས་བསྐྱུ་མེད་དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །

ཐུགས་རྩེ་མངའ་བའི་འཕགས་མཆོག་སྨྱན་རས་གཟིགས། །

བདག་གིས་ཇི་ལྟར་གསེལ་བ་བཟུང་པའི་དོན། །

ལྷུང་དུ་འགྱུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་དུ་གསོལ། །

དགེ་ལྷོང་མ་དབལ་མོ་ལ་མིང་པོ་རྒྱ་མ་ལས་གནང་བའི་མངའ་རིགས་བཙུན་སེལ་བའི་  
 ཁྱིམ་ཆུ་དེ་ཁོག་ནང་དུ་འཁྱུང་བའི་སྐར་བ་ཤར། ཟག་མེད་བདེ་བའི་ཉིང་འཛིན་གྱི་ཟས་  
 མཆོག་ཕྱིན་ཅན་དེ་ཡང་ཡོངས་སྟོན་པའི་སྐར་བ་ལྷུང་ངོ་། །

པ། མཁའ་འགྲོ་ཐུ་གཏན་འདོན་ཏུ་བྱོན་པ།

དེ་ནས་བཟུང་དགེ་སློང་མའི་སྐུ་ལུས་ཀྱི་མཛེན་དེ་ལྟར་ལས་བརྒྱ་ཁྱེད་དྲངས་པའི་བྱིན་དང་  
དུ་མེབས་པ་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་ཙམ་མ་བྱུང་། དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མའི་ཞལ་ནས་ཡི་  
གོ་བྱུག་པ་གཡེང་མེད་ཀྱི་རང་ནས་སློང་བཞིན་བཞུགས་པའི་ཆེ་དགོང་ཞག་བདུན་ཀྱི་རྗེས་  
མོ་རངས་ཀྱི་དུས་ཤིག་ལ་དགེ་སློང་མའི་སྐུ་མདུན་ནས་ཚུར་དར་དཀར་དམར་སྟོ་སེར་ལྗང་  
དར་ལྗན་པའི་བྱ་མོ་ལྟ་ཞལ་འཇུག་དང་བཙས་ཏེ་དགེ་སློང་མ་ལ་ཅང་མི་སྟོ་བར་བཞུགས་པ་  
དང་། དགེ་སློང་མའི་ཞལ་ནས་ཁྱེད་བྱ་མོ་ལྟ་མོ་གང་ནས་བྱོན་ཟེར་ཞིང་འདི་ལྟར་བྱས།

མཆར་སྤྱག་ལྷན་པའི་བྱ་མོ་བྲིད་ལྡ་པོ། །ཤར་ལྷོ་བྱ་བ་བྱང་ས་ཕྱོགས་གང་ནས་  
བྱོན། །ས་སྟེང་ས་འོག་བར་སྤང་གང་ནས་བྱོན། །པ་མ་རིགས་བཟང་སྤྱི་སྤྱས་མོ་  
ལགས། །མཆར་སྤྱག་འོད་དང་ལྷན་པས་བཤད་དུ་གསོལ། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་  
མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གར་འཆམ་བྱེད་བཞིན་རིམ་བཞིན་འོངས་ཏེ་ཕྱི་ནས་ཁྲ་བྲིལ་གྱི་  
སྒྲ་དང་བཅས་ལོ་རྒྱུས་འདི་ལྟར་ཞུས་སོ། །

མོ་རྟོ་རྟོ་རིགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ཡིན། །མོ་རིན་ཆེན་རིགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ཡིན། །མོ་  
བསྐྱ་རིགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ཡིན། །མོ་ལས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ཡིན། །མོ་བྱུང་རིགས་  
ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ཡིན། །རྒྱལ་བ་རིགས་ལྡེ་ཡུམ་མཆོག་ཡིན། །དཔལ་རི་བསྐྱ་བཞོད་པའི་ཕོ་  
བྱང་ནས། །གྲུབ་ཐོབ་ལྷ་མ་པ་ཡིས་བཏང་བ་ཡིན། །དེད་ཀྱི་སྤང་མོ་དགོ་སྤོང་མ་དཔལ་  
མོ། །མིང་ནས་འཛོད་དེ་ལིང་ཁར་གླི་བསྐྱེལ། །ཁྱོད་དགོ་སྤོང་མ་ཞུ་བའི་ཕོ་ཉ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །དེ་ནས་མཁའ་འགྲོ་མ་ལྡ་པོ་རེ་རེ་ནས་དར། ཤར་གྱི་སྒྲ་ ལྷའི་སེར། ལུབ་ཀྱི་  
དམར། བྱང་གི་ལྗང་། དབུས་ཀྱིས་དཀར་རེ་སྟོན་ནས་དགོ་སྤོང་མས་སྐྱ་གཟུགས་ལ་  
བཅིངས་པར་མཛད། དེ་ནས་དགོ་སྤོང་མ་དེ་ཉིད་དབྱང་དང་སྤྱན་གྱི་མཆམས་ནས་པར་  
གདན་ཞུས་ཏེ་ལིང་ཁར་གླི་བཞུག་ལག་ཁང་དུ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བཅུ་གཅིག་  
ཞལ་བཞུགས་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་དུ་བསྐྱེལ་ནས་ཁོང་རང་བྱ་མོ་ལྡ་པོ་རྣམས་མཁའ་ལ་འཇའ་  
ཡལ་བ་བཞིན་དུ་ཡལ་ལོ། །དེ་ནས་དགོ་སྤོང་མ་ལིང་ཁར་གླི་བཞུག་ལག་ཁང་གི་ནང་དུ་  
བྱོན་པ་དང་། འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བཅུ་གཅིག་ཞལ་དངོས་སུ་མཇལ་བའི་སྤྱང་བ་  
བྱུང་བས་ལུས་ཀྱི་སྤྱ་ཉག་ཐམས་ཅད་གཡོ་ཞིང་སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཉིང་ནས་དད་པ་སྤྱེས་  
ནས་འདི་ལྟར་གསུངས།

རིན་ཆེན་བརྒྱལས་གྲུབ་པའི་ལིང་ཁར་ཡང་། །

འཇའ་ཆོན་ལྟར་བཀྲ་འཆི་མེད་ལམ་ལྟར་ཡངས། །

སྤྱ་ཆོགས་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་། །

བདེ་བ་ཅན་དང་མཚུངས་པའི་སྤང་བ་བྱུང་། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་དགེ་སློང་མ་དཔལ་ལོ་ཁོང་རང་འཕགས་པ་སྤྲུགས་ཆེ་ཆེན་པོ་  
ལ་མོས་གྲུས་གདུང་བ་དྲག་པོའི་སྒོ་ནས་ཡིང་ཁར་ཤིའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེའི་ནང་དུ་དཀྲིལ་  
འཁོར་གསུམ་གྱི་སྤྱབ་པ་ལ་བཞུགས་པའི་ཆོ། སང་སྤྱོད་ལྷ་ཁང་གི་དགོན་གཉེར་དེ་མཆོད་  
བ་འབུལ་བར་འོངས་པ་དང་། དགེ་སློང་མ་སོར་མོ་མ་ཆང་བའི་སྤྲུགས་ཀྱིས་དགོན་གཉེར་  
དེས་མིག་ཕྱི་གཉིས་བལྟས་ནས་ཞེ་སྤང་མེ་སྤང་འབར་ཏེ། ཐེ་མིག་གི་ཐག་པས་བརྟུངས།  
མཛེ་ཅན་སྤང་མོ་ཁྱོད་དེད་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ནང་འོངས་པ་དང་། ངས་ལྷ་ཁང་ནང་ལྷ་བསངས་  
ཁྱས་གསོལ་བྱས་ཀྱང་སྤྲོད་མི་ཚུགས་པས། ལོ་ཏྲིག་ཉེས་པ་དང་མེར་བས་བརྟུང་བ་  
སོགས་བྱུང་ན་དེད་རང་གི་མགོར་འོངས་ངེས་ཡིན་ཟེར་ནས། ཐེ་མིག་གི་ཐག་པས་སྤྱི་  
གཙུག་ནས་རྒྱ་མཐིལ་ཡན་ཆད་རྟུང་བཞིན་དགེ་སློང་མའི་ཞབས་ནས་འཕྲུག་ཏེ་ལྷ་ཁང་གི་  
རྒྱབ་ལ་བསྐྱལ་བས། དགེ་སློང་མའི་སྤྲུགས་དགོངས་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་མ་རིག་པས་  
སྤྱིབ་པ་ཡིན་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྤྲུགས་བསྐྱེད། གང་ལྟར་ཡིན་རུང་ཡི་དམ་ལ་རྒྱབ་མདུན་  
མེད་སྟེ་མཉམ་པའི་སྤྲུགས་བཞེས་བཟང་པོའི་སྒོ་ནས་ཡིང་ཁར་ཤིའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྒྱབ་  
ལོགས་སུ་འཇག་མའི་སྤྱིལ་པོ་ཞིག་གི་འགྲམ་དུ་བཞུགས་ས་ནས་སྤོན་ལྟར་ཉིན་གཅིག་  
བསྟེན་གནས་དང་ཉིན་གཅིག་སྤྱང་གནས་ལ་ངེས་མོ་བྱས་ཏེ་ཆོ་བ་གསུམ་དང་ཞག་གསུམ་  
སྤྲུགས་ཆེ་ཆེན་པོ་བསྐྱབས་པར་མཛད་དོ། །

དེ་ནས་མི་ལོ་བདུན་རྗེས་པའི་དུས་གཅིག་ལ་ཆོས་རྒྱལ་རྩམས་པ་ལ་བྱུང་བའི་སྤྲུགས་  
ནས་དག་སྤྱིང་ནས་རང་ལུལ་ཁ་ཆེ་ཁྱི་བཟོན་དུ་ཕྱིར་ལོག་ནས་ཐེབས་སོ། །བསམ་འཕེལ་  
མས་ལོ་བདུན་སྟོན་གྱི་སྐད་ཆ་ནས་རྒྱལ་པོ་རྩམས་པ་ལ་ལྷས་པས་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་  
དེ་ལྟར་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་རང་གི་སྤྱིང་མོ་ལཱཱམི་ཀ་ར་དན་ནས་དན་མེད་དུ་ས་ལ་བརྒྱལ་  
སོ། །རྒྱལ་པོ་དུས་རིང་ཞིག་ནས་དན་གསོས་ནས་སྤྱིང་མོ་ལཱཱམི་ཀ་ར་མཛལ་ཕྱིར་རྒྱ་གར་  
ཤར་བའི་སྤྲུགས་སུ་སྤྱང་མགྲོགས་ཐེབས་པའི་ཞལ་ཆད་མཛད། དེ་ནས་མི་ལོ་བདུན་རྗེས་

པའི་དུས་ཤིག་ལ་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་ཁ་ཆེ་ཁྲི་བརྟན་གྱི་ཡུལ་ནས་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་  
ཡིང་ཁར་ཤིང་འཕེལ་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ་རང་གི་སྤིང་མོ་ལ་ལྟུ་མི་ཀ་ར་མཇལ་བར་འགྲོ་བྱིང་  
ལྟོན་པོ་བདེ་ལེགས་བཟང་པོ་སོགས་ལྟོན་པོ་ཉེར་གཅིག་དང་། གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་  
དང་། འབངས་འཁོར་གཡོག་སྟོང་ཕྱག་གཅིག་དང་། ཉ་གཅིག་སྟོང་གཅིག་བརྒྱ་དང་གཅིག་  
བཅས་ཞག་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ལ་འགྲོ་དགོས་པའི་བཀའ་གནང་ངོ་། །

དེ་ནས་ལྟོན་པོ་བདེ་ལེགས་བཟང་པོས་ལྟོན་པོ་རྣམས་དང་། གཡོག་མོ་བསམ་  
འཕེལ་མ་དང་འབངས་འཁོར་གཡོག་རྣམས་འདུས་ནས་ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་རྒྱ་གར་  
ཤར་ཕྱོགས་ལ་འགྲོ་བྱིང་རྟ་བརྒྱ་ཞིག་ལ་རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་ནས་ཞོར་བྱ་དང་། འཆོ་བ་  
དང་སྒར་ལ་ལྟུ་མི་ཀ་རའི་ན་བཟའ་རྣམས་དང་། དར་གོས་ཆེན་སོགས་བཀའ་ནས་འགྲོ་རྒྱ་  
བྱས། ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ལས་ཞག་བཟང་ཞིག་ལ་གཟིགས་ནས་སྟོན་པ་མེས་པོ་རྣམས་  
ཀྲིས་བཞེངས་པའི་ལྟ་ཁང་ནང་དུ་ཕེབས་ནས་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་བཏབ།

ཕྱོགས་བརྩུར་བཞུགས་པའི་བྱ་བ་དབང་རྒྱ་མཆོད་ཆོགས། །རྒྱལ་སྤྲེལ་དག་བཅོམ་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་དང་། །མཐུ་ལྷན་སྤང་མ་མགོན་པོ་བྱུག་དྲུག་པ། །གཉེར་བདག་  
ཞོར་ལྟ་གཟུགས་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས། །མ་ལུས་གསོན་ཅིག་བདག་ལ་དགོངས་སུ་  
གསོལ། །བདག་ནི་སྤིང་མོ་ལ་ལྟུ་མི་ཀ་ར་འཕྲད་པར་འགྲོ། །ལོག་པར་མི་འགྱུར་ཐར་ལམ་  
འཕྲེན་པར་ཤོག །ལ་ལུང་མང་པོ་སྤྱར་དུ་བཞོད་པའི་ཆེ། །ངལ་དུབ་སྤྱུག་བསུལ་ཅུང་ཟད་  
མེད་པར་ཤོག །ཤིང་ཐོག་སེལ་མ་ལ་སོགས་ཟ་བའི་ཆེ། །རོ་མཆོག་བརྒྱ་ལྷན་བདུད་ཅིར་  
འགྱུར་བར་ཤོག །ཁ་སྒྲོམ་བདུང་བ་རྩལ་བྱེད་པའི་ཆེ། །རྒྱན་ཆད་མེད་པར་འོ་མའི་རྩ་རྒྱན་  
ཤོག །གཙན་གཟན་གཏུག་པས་ངར་སྐད་འདོན་པའི་ཆེ། །ཐེག་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་རུ་འགྱུར་  
བར་ཤོག །ལུས་ཀྱི་ན་ཆ་ཐོག་དུ་བྱུང་བའི་ཆེ། །སྤྲོད་དག་འཆོ་བྱེད་ལྟན་གྱིས་འགྲུབ་པར་  
ཤོག །བདག་གིས་སྤིང་ནས་སྤྲེལ་པའི་བདེན་ཆོག་གིས། །མིང་སྤིང་སྤྱར་དུ་མཇལ་བའི་  
ལྟོན་ལམ་འདེབས། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་བྱུག་གསུམ་འཆོལ་ནས་སྤང་མ་ལ་དར་མེ་ཉོག་

གི་ཐོང་བ་ཞིག་ལུལ་ཏེ་ཕྱིར་ལོག་པེབས། དེ་ནས་ཆོས་རྒྱལ་རྣམ་པ་ལ་དང་ནང་སློན་བདེ་  
ལེགས་བཟང་པོ་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་དང་འབངས་འཁོར་གཡོག་ཐམས་ཅད་རྒྱ་གར་  
ཤར་ཕྱོགས་ལིང་ཁར་ཤིང་འཕེལ་དུ་བྱོན་པའི་ཆེ་ཆོས་རྒྱལ་རྣམ་པ་ལའི་ཤིང་རྩ་འབྲེན་པའི་  
རྩ་གཉིས། ཡང་སློན་འབངས་འཁོར་གཡོག་རྩ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་དཔོན་གཡོག་འཁོར་བཅས་ལ་ལུང་ཐུན་ཆ་གང་མི་མེད་ལུང་སྟོང་དང་  
གཅན་གཟན་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་གོམ་བཞིན་གོམ་བཞིན་ཟླ་བ་གསུམ་པེབས་པའི་རྗེས།  
སྟོན་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོ་བཞུགས་པའི་མཆོམས་ཁང་དེར་འཕྱོར་བ་དང་། མཆོམས་ཁང་  
དེའི་ནང་དུ་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོ་བཞུགས་མེད་པ་དང་། མཆོམས་ཁང་དེ་ཡང་ཆར་རྒྱས་  
བཤལ་ནས་ཁང་རལ་དུ་གྱུར་ཡོད་པ་དང་། དེའི་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་ཞབས་རྗེས་ཀྱང་མི་  
མཛོན་པ་དང་། མཆོམས་ཁང་དེ་བྱ་ཆར་ནས་འཕྱོན་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་བ་ལྟར་སྟོང་  
སངས་རེར་ཡོད་པས། སྟོན་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོ་དང་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་གཉིས་  
མཉམ་དུ་བཞུགས་པའི་དུས་རྣམས་ཁོ་བཞིན་གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མ་སྟོ་ཤིང་བྲག་  
པོའི་སྟོ་ནས་མིག་རྩ་འབྲལ་མེད་དུ་གཏོར་བཞིན་སྐྱུག་བསྐྱུག་བཟོད་སྐྱུགས་མེད་པའི་ངང་  
ནས་མགོ་རྩོལ་བརྒྱབས་པ་དང་ཁོ་མེད་དུ་ས་ལ་བརྒྱལ། སྟོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གཡོག་མོ་  
བསམ་འཕེལ་མའི་མགོ་ལ་རྩ་གཏོར་བ་དང་དུས་རིང་ཞིག་ནས་ཁོ་བཞིན་གསོས། དེ་ནས་  
བསམ་འཕེལ་མ་དེ་ཉིད་སེམས་ལ་སྟོ་ཤིང་བྲག་པོའི་སྟོ་ནས་དཔུགས་རིང་འཕྱོན་བཞིན་  
འདི་ལྟར་ཞུས།

ཀྱེ་མ་ཀྱེ་ཅུད་སྟོབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། །སྟོན་ལམ་དབང་གིས་དཔོན་གཡོག་ལྟན་  
ཅིག་འཛོམས། །ལོ་བདུན་ཟླ་བདུན་རྩོགས་ནས་བཀའ་བཞིན་འཕྱོར། །སྐྱེ་བཞུགས་མེད་  
པར་བདག་ནི་སྟོ་པམ་ཆེ། །ཀྱེ་མ་ཀྱེ་ཅུད་སྟོབ་དཔོན་ཐུགས་རྗེ་རྒྱུད། །ད་ནི་བདག་གི་སྟོ་  
གཏད་སྐྱེ་ལ་འཆའ། །ང་ཡིས་རྒྱུད་ནས་བྱིད་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་ཞུས། །རང་དོན་བདེ་སྦྱིད་ཅམ་  
ཡང་བྱེད་མ་སྟོང་། །བྱིད་ཀྱི་ལུས་ལ་ཐེབས་པའི་ན་ཆ་དང་། །བདག་གི་སེམས་ལ་འཕྲོག་

པའི་རྒྱལ་བསྐལ་གཉིས། །ཆ་གང་མཉམ་དུ་སྦྱང་བ་མ་གཏོགས་པར། །མ་ཞི་གསོན་འབྲལ་  
བྱེད་པ་ག་ལ་ཤོད། །ཅེས་སྒྲུབ་སོ། །

དེ་ནས་ཆོས་རྒྱལ་རྒྱལ་ལས་སྤྱོད་ཆབ་མང་དུ་བསེལ་བཞིན་འདི་སྐད་ཅེས་  
གསུངས་སོ། །ཀྲེ་མ་ཕྱོགས་མཆོམས་གང་དུ་བཞུས་ཐུང་ཁྱང་། །ལཱ་མི་ཀ་ར་འཕྲད་བ་མི་  
འདུག་ཅིང་། །མི་མེད་ལུང་སྟང་འདི་ལ་སེམས་བ་སྟོ། །འདི་འདྲ་ཡོང་བསམ་བདག་གི་  
སེམས་ལ་མེད། །གསུངས་ནས་རྒྱལ་པོས་སྟོན་ལམ་འདི་ཉུང་བཟབ་སོ། །ཟླ་མ་ཡི་དམ་  
མཁའ་འཁྲུ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །གཞི་བདག་ཡུལ་ལྷ་རྒྱས་མཐུ་ལྷན་བ་རྣམས། །བདག་གི་སྟོན་  
ལམ་འབྲུབ་པའི་ཐོགས་མཛོད་ཅིག །བདག་གི་སྤིང་མོ་ལཱ་མི་ཀ་ར་ལ། །སྟོ་བུར་ནད་ཀྱི་  
བར་ཆད་འབྱུང་ཡོད་ཁྱང་། །ལས་ཀྱི་ཆེ་འདས་ཡོད་ན་བྱ་ཐབས་མེད། །མ་འཆི་ཡོད་ཆེ་  
ཐུང་དུ་མཇུག་བར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་དང་། །ལམ་དེ་ཡང་དཔག་ཆད་བདུན་གྱི་ཉི་ཤེས་  
ཐུང་ཉི་རྒྱལ་སྟོན་འབངས་འཁོར་གཡོག་ཏུ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མིང་ཁར་གླེའི་རྒྱལ་  
ཐན་དེར་འཕྱོར་རྟོ། །

དེ་ནས་ཆོན་པོ་བདེ་ལེགས་བཟང་པོ་དང་གཞན་ཆོན་པོ་བདུན་དང་བཅས་ལུས་  
 དེའི་མི་ནམས་ལ་ལུས་ལ་མཛེན་དེ་ཡོད་པའི་བྱ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་མཐོང་ངམ་ཟེར་བ་ཞིན་  
 འཛིན་ཕྱོན་པའི་དུས། སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་སྦྱུལ་པ་བཅུན་པ་ཞིག་དང་ཞལ་  
 མཛལ་ནས། བཅུན་པ་དེ་ན་རེ། འདི་ནས་རྒྱང་གསལ་བདུན་ཀྱི་རྗེས་ལིང་ཁར་ཕྱིའི་གཙུག་  
 ལག་ཁང་གི་རྒྱབ་ལོགས་སུ་འདྲག་མའི་སྦྱིལ་པོ་ཞིག་གི་འགམ་དུ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་  
 ཆེན་པོ་སྦྱབ་བཞེན་ཡོད་པས་དེར་སོངས་ཤིག་ཅེས་ལུང་བསྟན་ཏོ། །སྟན་པའི་སྤྱི་དེ་མོས་པ་  
 དང་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་སུ་པ་དང་ཆོན་འབངས་ནམས་གཅིག་རྗེས་གཅིག་གིས་མི་གཞོན་  
 བཞེན་ལས་མི་ཀ་ར་མཛལ་ཕྱིར་ལིང་ཁར་ཕྱིའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤོགས་ལ་ཕེབས། དེར་  
 གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྒྱབ་ལོགས་སུ་དགེ་སློང་མ་དཔལ་ལོས་སྐུ་ལུས་མཛེན་དེ་ཡོད་པའི་  
 བཞེན་དུ་འདྲག་མའི་སྦྱིལ་པོ་ཞིག་གི་འགམ་དུ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྦྱབ་བཞེན་དུ་

བཞུགས་ཡོད་པས། དེར་དགེ་སློང་མའི་གསུང་སྐད་ཐོས་པ་དང་རྒྱལ་སློན་འཁོར་བཅས་  
དང་ཁྱད་པར་དུ་གཞིན་དུས་ནས་ཅིང་གོགས་བྱེད་ཅིང་ཐུགས་ལ་བཅངས་པའི་གཡོག་མོ་  
བསམ་འཕེལ་མ་ལ་གྱི་གསོན་འབྲུད་པ་ལྟར་སེམས་ལ་ཏ་ཅང་གི་དགའ་བ་ཆད་མེད་བྱུང་།  
དེ་ནས་མིང་པོ་རྩྭ་ཕྱ་ལས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས།

### ༡༽ རྩྭ་ཕྱ་ལ་ལཱ་མི་ཀ་ར་དང་ཞལ་འབྲུད།

སྤིང་མོ་ཉོན་དང་ལཱ་མི་ཀ་ར་མ། །དེ་རིང་མིང་པོའི་སྐད་ལ་ཡར་གསོན་དང་། །ཆད་ལྡན་  
བུམ་པ་འདི་ཡི་ནང་ཤེལ་ན། །མཛེ་རིག་བཅོ་བརྒྱད་སེལ་བའི་ཁྱས་མུ་ཡོད། །འཆི་མེད་  
བདུད་ཅིས་ཐོད་པ་བཀའ་བ་འདི། །ཟག་མེད་བདེ་བའི་ཉིང་འཛིན་ཟས་མཆོག་ཡིན། །རིག་  
པའི་ངར་སྐྱེད་ད་ལྟ་ཡར་ལོངས་གྱིག། །ཅེས་གསུངས་པས། དགེ་སློང་མའི་ཐུགས་དགོངས་  
ལ་མིང་པོ་རྩྭ་ཕྱ་ལའི་གསུང་སྐད་ཡིན་པ་མཐེན་ནས་མཛེ་ནད་དེས་སྐྱ་གཟུགས་ལ་དཀའ་  
ངལ་ཆེ་ཡང་ཡར་བཞེངས་པ་དང་ཕྱག་མཛུབ་དང་ཞབས་མཛུབ་རྣམས་མཐེན་པ་ལས་  
ཆད་ནས་མེད་པས་ཡར་བཞེངས་དུས་འོ་བརྒྱལ་ལན་གསུམ་བྱུང་ངོ་། །

དེ་ནས་མིང་པོ་ཆོས་རྒྱལ་རྩྭ་ཕྱ་ལས་ཕྱག་གསུམ་འཆོལ་ནས་དགེ་སློང་མའི་  
ཞལ་དུ་མཛེ་རིགས་བཅོ་བརྒྱད་སེལ་བའི་ཁྱས་མུ་དང་ཟག་མེད་བདེ་བའི་ཟས་མཆོག་ཕུལ་  
བར་མཛད། དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོས་མིང་པོ་རྩྭ་ཕྱ་ལས་གནང་བའི་མཛེ་རིགས་བཅོ་  
བརྒྱད་སེལ་བའི་ཁྱས་མུ་དང་། ཟག་མེད་བདེ་བའི་ཟས་མཆོག་རྣམས་བཞེས་པ་དང་། སྐྱ་  
ལུས་ཀྱི་མཛེ་ནད་དེ་སྤར་ལས་ཀྱང་ཏ་ཅང་གི་དྲངས་པའི་སྤང་བ་བྱུང་ངོ་། །དེ་ནས་དགེ་  
སློང་མས་འདི་ལྟར་གསུངས། བུམ་པ་བཅེ་བཀའ་བློན་བདག་ཉིད་མིང་པོ་རྩྭ་ཕྱ་ལ་བདེ་  
བར་བྱོན་ལགས་སམ། མིང་པོས་ཡིན་ལགས་གསུངས། དེ་ནས་མིང་པོ་རྩྭ་ཕྱ་ལས་སྤྱིང་



དང་འབྲེལ་སྤྱི་མོ་ལ་གྲུ་མི་ཀ་རའི་སྐྱུ་ལུས་ནས་འབབ་པའི་རྣལ་དང་ཁྲག་ཐོན་པའི་མཛེ་  
ནད་དེའི་དཀའ་ངལ་ལ་གཟེགས་ནས་སྒྲིབས་དྲག་པོའི་སྒོ་ནས་སྤྱན་ཆབ་མང་དུ་བསེལ་  
བཞིན་འདི་སྐད་ཅེས་ཞུས།

ཟླ་བ་ལྷ་བྱར་རབ་མཛེས་སྤྱིར་གཅིག་མ། །སྒོ་བྱར་མཛེ་ནད་སྤྱིན་ཆོགས་འདུས་  
པ་ཡིས། །བདག་གི་ལོ་རྟོག་ཟུང་ན་སེར་བས་བཅོམ། །འདི་འབྲེལ་འོངས་བསམ་བདག་གི་  
སེམས་ལ་མེད། །ཟླ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་མཐུ་རྩལ་ཅན། །གཞི་བདག་ཡུལ་ལྷ་རྩས་མཐུ་  
ལྷན་པ་རྣམས། །ལོ་མང་ཞིག་ནས་མཛེ་ནད་འདི་ཡིས་ཟེན། །སྤྱར་དུ་གྲོལ་བར་མཛོད་ཅིག་  
མཐུ་ལྷན་རྣམས། །ཆེ་འདིར་བདེ་སྦྱིད་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས་གྱུར་ཀྱང་། །སྒྲིགས་དུས་མི་ཆེ་  
དགུན་ཁའི་ཉིན་དང་འབྲ། །འཆི་བདག་འབྱུང་དུས་རང་དབང་མི་འདུག་པས། །ཡབ་ཡུམ་  
ཟླ་མ་འཁོར་བ་ཅས་ཞིང་ལ་གཤེགས། །མཐོ་རིས་མི་ཡི་བདེ་སྦྱིད་ཡད་ཡུད་  
ཅམ། །བསགས་པའི་ཁོར་ལ་སྦྱིང་པོ་མི་འདུག་གོ། །སྐད་ཅིག་ཅམ་ལ་མི་རྟག་འདི་འབྲ་  
བྱུང་། །ཕྱི་མ་གར་འགོ་རྟག་པ་མི་འདུག་གོ། །བསགས་ནི་ཆེ་སྤྱོད་བསགས་པའི་འབྲས་བྱ་  
ལས། །ཆེ་འདིར་སྦྱོབས་འཕྱོར་ལྷན་པའི་རྒྱལ་པོར་སྒྲེས། །ཕྱི་མ་གར་འགོ་ང་ཡིས་མི་ཤེས་  
པས། །ད་ནི་བདག་ཀྱང་དམ་ཆོས་བསྐྱབ་དེས་ཡིན། །སྤྱིར་མོས་སེམས་ཅན་དོན་ལ་དམ་  
ཆོས་བསྐྱབས། །དལ་འཕྱོར་དོན་ཡོད་མཛད་པ་ངོ་མཆར་ཆེ། །ཆོས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་རང་སྟོག་  
གཏོང་རྩས་པའི། །སྤྱིར་མོ་གཏོང་པོད་ཅན་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །ཆོས་དད་ཅན་ཀྱི་སྤྱིར་མོ་  
དཀར་ལུས་མ། །ཆེ་འདི་སྒོས་བཏང་ཕྱི་མའི་དོན་ཆེན་བསྐྱབས། །འགོ་དོན་མཐར་ཕྱིན་  
མཛད་པ་ངོ་མཆར་ཆེ། །འཛམ་གླིང་འགྲན་ཟླ་མེད་པར་གནས་གྱུར་ཅིག་ །ཅེས་ཞུས་  
སོ། །དེ་ནས་དགེ་སྦྱོང་མས་འདི་ལྟར་གསུངས།

བཅེ་གདུང་ཅན་ཀྱི་མིང་པོ་བདག་ལ་གསོན། །སྟོང་གིས་སྤྱས་པའི་གཏམ་དེ་ཤིན་  
ཏུ་བདེན། །ཆེ་འདི་མི་རྟག་ནམ་མཁའི་སྟོག་དང་འབྲ། །ཡུན་རིང་མི་སྟོང་འཆི་བ་སྤྱར་དུ་  
འོངས། །སྒྲིག་གཟུགས་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས་པའི་མིང་པོ་ཁྱོད། །སྒྲོན་ལམ་བཟང་བས་དམ་པའི་

ཆོས་ལ་དགར། །ད་ལྟ་ཅི་བྱེད་རང་དབང་ཡོད་དུས་སུ། །དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་མཛད་ན་ངོ་  
 མཆར་ཆེ། །ཆོ་རབས་འཁོར་བ་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ནས། །ད་ལྟའི་མི་ལུས་འདི་ཡི་བར་དུ  
 བློ། །སྤར་བྱས་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་ལས་སུ་སོང་། །ད་རེས་དོན་ཆེན་སྟོང་པོ་ལེན་པར་  
 མཛོད། །སྤྱི་པོར་ཡི་དམ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟོམས། །ཆོས་ཀྱི་སྟོང་པོ་ཡི་གེ་དུག་མ་  
 བཏོངས། །ཏྲག་དུ་རང་གི་སེམས་ལ་ཡང་ཡང་ལྟོས། །རྒྱན་དུ་བྱམས་དང་སྟོང་རྗེ་སྟོམས་  
 བར་མཛོད། །རྒྱལ་བ་རྒྱུན་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་རིན་ཅན། །ལམ་སྟོན་བཤེས་གཉེན་དམ་  
 བ་འབབ་པ་ཡིས། །བཀའ་བཞིན་བསྐྱབས་པའི་མཆོད་པས་མཉེས་པར་བྱེད། །ཆོ་འདིར་ལྷ་  
 མ་རྒྱལ་བཞིན་བསྟེན་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་དགེ་སློང་མས་བསམ་འཕེལ་མ་བྱེད་བདེ་བར་འགྱུར་རམ་གསུང་།  
གཡོག་མོ་བསམ་འཕེལ་མས་རང་གི་སྒྲ་མའི་སྒྲ་ལུས་ལ་བསྒྲམས་པའི་མཛེན་དྲ་ཉི་དཀའ་  
ངལ་དེ་མཇུག་བ་དང་། བསམ་འཕེལ་མ་སྒྲིགས་བྲག་པོས་སྒྲོ་ནས་མིག་ཚུ་ཆར་ལྟར་བབ་  
བཞིན་སྒྲ་མ་ལ་བྲག་གསུམ་འཆའ་ནས་འདི་ལྟར་ཁྲུས། སྒྲ་མ་ལྟ་དང་དགོན་མཆོག་སྤྲུགས་  
རྩེ་ཅན། །རྒྱལ་སྐུས་དག་བཙུང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དང་། །སྒོ་གཏད་སྤྲུབས་མགོན་  
བྱེད་པའི་དགེ་སློང་མ། །མ་ལུས་གསལ་ཅིང་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། །ཆེ་རབས་  
སྔོན་ནས་ད་ལྟ་ཚུན་ཆད་དུ། །ལས་དང་སྔོན་ལམ་དག་པའི་ཞལ་མཇུག་བའི། །ང་ཡི་ཚུང་  
ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་ཏྲིག་ཁྲུས། །རང་དོན་བདེ་སྤྱིད་ཅམ་ཡང་བྱེད་མ་སྟུང་། །ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་  
ལ་ཐེབ་པའི་ན་ཆ་དང་། །བདག་གི་སེམས་ལ་ཐོག་པའི་སྤྲུག་བསྐུལ་གཉིས། །ཆ་གང་  
མཉམ་དུ་སྟུང་བ་མ་གཏོགས་པར། །རང་དོན་སྐྱད་ཅིག་ཅམ་ཡང་བྱེད་མ་སྟུང་། །ཁྱེད་  
སྤྲུགས་བཅེ་བའི་བྱ་ཡང་ང་ཡིན་ནོ། །ང་ཡི་སྒོ་གཏད་པ་མ་བྱེད་ལས་མེད། །བདག་ནི་ཡང་  
བསྐྱར་ཞབས་ཏྲིག་བསྐྱབ་ཕྱིར་དུ། །སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་ཐོག་ནས་འོངས་བ་ཡིན། །ཅེས་  
ཁྲུས་སོ། །

དེ་ནས་དགེ་སྦྱོང་མ་ན་རེ། ཡ་བསམ་འཕེལ་མ་སྤེང་མོར་བྱེད་ཡར་ཤོག་གསུངས།  
དེ་ཉིན་བསམ་འཕེལ་མ་རང་གི་སྒྲ་མ་ཡང་བསྐྱར་ཆེ་འདིར་དངོས་སུ་མཇུག་བ་དང་སེམས་  
ལིན་ཏུ་དགའ་ཞིང་ལུས་ཀྱི་སྟོན་ས་ཅི་དྲག་གིས་ཞབས་ཏྱིག་དང་། དག་གི་སྟོན་ས་སྟན་  
པའི་ཞབས་ཏྱིག་དང་། ཡིད་ཀྱི་སྟོན་ས་དད་པའི་ཞབས་ཏྱིག་དང་། ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་  
ཀྱིས་ཞབས་ཏྱིག་ཆད་མེད་ལྷ་ཞིང་ལོ་གཅིག་གི་རྗེས་རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་དགེ་སྦྱོང་དཔལ་  
མོའི་བྱང་ནས་དགེ་ཚུལ་མའི་སྟོན་ས་ལ་ཚུལ་བཞིན་སྤངས་ནས་དགེ་ཚུལ་མའི་བསྐྱར་བྱ་  
སྤངས་འདས་སོ་དྲུག །སྟོགས་མཐུན་དང་བསྐྱེད་བྱའི་ཉེས་བྱས་སོགས་བསྐྱར་ཞིང་མི་དགེ་  
བཅུ་སྦྱོང་དང་དགེ་བཅུ་དང་དུ་སྤངས་ནས་མི་ཆེ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱས་སོ། །

དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ་ཡི་སེམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་འདུལ་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་དྲུག་གི་བྱ་བ་  
དང་འཁོར་བའི་བདེ་བ་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པར་མཐུན་ཏེ་མི་གཙང་བའི་རྗེས་བཞིན་དུ་  
སྤངས་ནས་རྒྱལ་སྟོན་འཁོར་བཅས་རབ་ཏུ་བྱུང་ལ་ཐུགས་མོས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ཡིང་  
ཁར་གྲུའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མཁན་པོའི་བྱང་ནས་དགེ་སྦྱོང་གི་སྟོན་ས་ལེགས་པར་ལྷུས་  
ནས། བསྐྱར་བྱ་པམ་པ་བཞི། ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ། སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུ། ལྷུང་བྱེད་འབའ་  
ཞིག་པ་དགུ་བཅུ། སོར་བཤགས་བཞི། ཉེས་བྱས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་བཅས་ཁྲིམས་ཉེས་  
བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་རྩ་གསུམ་ལེགས་པར་བསྐྱངས་པར་མཛད་དོ། །རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ་རབ་བྱུང་  
མཛད་པའི་རྗེས་ཁ་ཆེ་ཁྲི་བརྟན་གྱི་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་ནམ་མཁས་འདྲིན་  
ཏོ། །

### ༧༽ མཛེ་ནད་ཀྱི་སྦྱང་རྒྱུག་ལས་གྲོལ་བ།

དེ་ནས་དགེ་སྦྱོང་མ་དཔལ་མོ་ཡིང་ཁར་གྲུའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྒྱལ་སྟོགས་སུ་རྩེ་གྲུལ་  
བྱ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཞུགས་ནས་ཉིན་གཅིག་བསྟེན་གནས་དང་ཉིན་གཅིག་སྦྱང་གནས་སྦྱང་

བཞེན་པོ་གཅིག་འཕགས་པ་སྤྲུགས་ཇི་ཆེན་པོ་སྐྱབ་པར་མཛད། དེ་ནས་རྒྱལ་གཅིག་ལ་  
རྩེ་སྤྱལ་པོའི་ནང་དུ་འཇུག་པོད་སྤྲུག་ཆོགས་ཀྱིས་བྲུབ་པར་གཟིགས། དེའི་ཆེ་མཛེན་དང་  
དྲངས་པའི་བཟུ་ཤིས་པའི་ལྷས་དབག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་། དེའི་ཉིན་ཐོ་རངས་ཀྱི་དུས་སུ་  
སངས་རྒྱུ་སྤྲུག་ཀྱི་ཁྲ་བྱེད་པོའི་པོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱལ་པ་གཞོན་རྒྱལ་ཆོ་བཅུ་དྲུག་ལྷན་  
པའི་བཅུན་པ་བྲུག་ལ་ཆེ་བྱམ་བསྐྱམས་པ་ཞིག་མཛད། དེ་ནས་བཅུན་པ་དེ་ན་རེ། ལུ་མོ་  
ཁྱོད་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་ཐོ་འཕགས་པ་སྤྲུགས་ཇི་ཆེན་པོ་བཅུ་གཅིག་  
ཞལ་དེ་རང་སྐྱུབས་དང་། ཁྱོད་པོ་གསུམ་ཁྲ་གསུམ་དང་ཞག་གསུམ་ཅམ་ནས་སངས་རྒྱུ་  
ཀྱི་ལོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདུག་ལོ། ཞེས་གསུང་བཞེན་དག་སྟོང་མའི་ལྷ་ཐོག་ཏུ་འཆི་མེད་ཆེའི་  
རིལ་བུ་ཞིག་བཞག་ནས་བཅུན་པ་དེ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་མི་སྤང་བར་བྱུང་། ཁྱོད་སྟོང་མས་  
སངས་རྒྱུ་སྤྲུག་ཁྲ་མཛད་པ་དང་དད་པའི་ལུས་ཀྱི་སྐྱ་ཉག་ཐམས་ཅད་གཡོ་བཞེན་འདི་  
ལྟར་ཞུས།

ཐུགས་རྗེ་ཀུན་ལ་སྙིང་ས་བའི་བཅོམ་ལྡན་འདས། །

མཆོན་ཙམ་ཐོས་པས་ངན་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱལ་སེལ། །

དུག་གསུམ་ནད་སེལ་སངས་རྒྱས་སྒྲོ་བ། །

བཱཱེུ་ཡི་འོད་ལ་སྤྱག་འཆ་ལ་བསྟོད། །

ཅེས་ཞུས་པས། དེ་མ་ཐག་ཏུ་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོའི་སྐུ་གཟུགས་ཀྱི་མཛེན་དེ་གཞི་མེད་  
 ཏུ་དྲངས་ནས་བྱུག་ཞབས་གཉིས་ཀྱང་སྤར་བཞིན་ཏུ་སོས་སོ། །དགེ་སློང་མས་མེ་རྟོག་ཏི་  
 ལྷན་ལས་ལེགས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཏི་མ་ཡུལ་ཕྱོགས་ཀྱན་ལ་བྱལ་བས་སྐུ་ལུས་ཆ་བ་ལྟ་  
 ཏུ་མཛེས་པས་ཞལ་རས། མཛེས་ཤིང་ཡིད་ཏུ་འོང་བའི་དབྱ་སྐྱ། མེ་རྟོག་ཆུ་སྤེལ་ཟེའུ་འབྲུ་  
 ལས་ལྟག་པའི་སྐུ། ཏི་མེད་འོད་ཆགས་སུ་རྟིག་ཆོམ་བུ་ལས་མཛེས་པའི་ཞལ་ཆེམས། ཏི་  
 ཟའི་བུ་མོ་ལས་སྐྱན་པའི་གསུང་སྐྱད། མཆོལ་ལྟར་དཔར་བའི་མཆུ། ལྟ་བའི་མི་ངོམས་སྐུ་  
 གཟུགས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་ཏུ་འོང་བའི་གཞོན་ནུ་མ་ལང་ཆོ་བཅུ་བྱུག་ལྷན་པའི་བུ་མོ་སྤར་

ལས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མངེས་མ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ཕྱོགས་བརྒྱ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
དང་བྱེད་པར་དུ་ཡང་འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་དབང་སྐུག་དང་དམིགས་བསལ་དུ་  
སྤྱོད་ཐོགས་བྱེད་པའི་བཀའ་སྤྱད་ལྟ་ཆེན་ལྷུང་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་སྐུག་དུག་པ་  
དང་། དཀར་ཕྱོགས་སྤྱོད་མཛད་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྤྱད་ནམས་དང་། ལྷ་ཆེན་བརྒྱད་དང་། ཉ་  
སྟོའི་གཞི་བདག་དང་། གཞན་ཡང་ལྟ་དང་མི་དང་ལྟ་མ་ཡིན་དང་བྱི་ཐ་བཅས་པས་འཛིག་  
ཉེན་ཡི་རངས་ཏེ། དགེ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མའི་ཡང་དག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱི་ཐ་བཅས་དེ་ལ་  
མཛོན་པར་བསྟོད་དོ། །

དེ་ནས་དགེ་སྤྱོད་མ་དབལ་མོས་སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་ལུས་ཀྱིས་བྱག་  
འཛུལ་ཞིང་། དག་གིས།

ཐུག་སྟོང་ལའོར་ལོས་སྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་སྟོང་། །

ཡུན་སྟོང་བསྐལ་བ་བཟང་པོའི་སངས་ཀྱས་སྟོང་། །

གང་ལ་གང་འདུལ་དེ་ལ་དར་སྟོན་པ་ལེ། །

བཙུན་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་འདོན་ཞེས་། ཡིད་ཀྱིས་མོས་གྲུས་དཔག་པོས་སྐྱབས་སུ་འགོ་ཞེས་རྒྱུ་ཡི་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་ཞེས་ཀྱང་།  
 བཞུགས་ནས་ཉིན་གཅིག་བསྟེན་གནས་དང་ཉིན་གཅིག་སྐྱུང་གནས་བཅས་སྐྱུང་བཞིན་ལོ་  
 གསུམ་རྩ་གསུམ་དང་ཞལ་གསུམ་ཅེ་གཅིག་ཀྱང་སྐྱབ་པར་མ་དང་དོ། །དཔེ་སྟོང་མས་སྐྱབ་  
 པ་ཡུན་རིང་ཞེས་གསུམ་པའི་དུས་ཤིག་ལ་རང་གི་རྩོད་ཅན་ཅ་པའི་སྐྱ་མ་འཕགས་པ་སྐྱབ་  
 རས་གཞིགས་ལ་འདི་ལྟར་གསོལ་བ་འདེབས་པར་མ་དང་།

ན་མོ་ཤུ་རུ་མོ་གི་བྱ་རྒྱུ་ཡ། ཟླ་མ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་བྱུག་འཆམ་ལོ། །མགོན་  
པོ་སྤྱིར་རྗེས་སྤྱན་ཅིག་སྤུ་བ་སྤྱར་སྤུགས། །སྤུགས་རྗེས་གཟིགས་ལིག་འདིག་རྟེན་དབང་  
སྤུག་ཞབས། །མགོན་སྤུབས་མཛོད་ཅིག་རྗེ་བཙུན་སྤུགས་རྗེའི་གཏོར། །གསོལ་བ་འདེབས་  
སོ་འཕགས་མཆོག་སྤྱན་རས་གཟིགས། །མཐའ་མེད་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་

ལས། །སྒྲོལ་བའི་དེད་དཔོན་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །མི་ཤེས་གཉི་མུག་སྐྱུན་རས་  
འཐེབ་ཅ་ན། །གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །དག་ལ་ཞེ་སྤང་མེ་ལྟར་  
འབར་ཅ་ན། །འཛིག་པའི་ཚུ་རྒྱན་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །གཉེན་ལ་འདོད་ཆགས་  
ཚུ་ལྟར་འབྱུག་ཅ་ན། །གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །ཁོར་ལ་  
སེར་སྒྲའི་མདུད་པས་སྦྲུམ་ཅ་ན། །གཏོང་བའི་གཉེན་པོ་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །འཆི་  
ཁར་མཆེར་ཞིང་འཛིགས་པས་སྒྲུག་ཅ་ན། །ཞལ་བསྐྱུན་སེམས་གསོ་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་  
གཟིགས། །གཤེན་རྗེའི་པོ་ཉས་ལས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཅ་ན། །སྐྱབས་དང་སྐྱོར་མ་མཛོད་ཅིག་  
སྐྱུན་རས་གཟིགས། །རྒྱས་མེད་བར་དོའི་འབྲང་ལ་འགྲིམས་ཅ་ན། །མཛའ་བོའི་གཉེན་  
བཤེས་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །མ་དེས་སྐྱེ་གནས་འཆོལ་ཞིང་འབྲུམ་ཅ་ན། །དག་  
པའི་ཞིང་དུ་སྐྱོལ་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །མངལ་སྐྱོར་ལས་ཀྱིས་སྐྱུག་བསྐྱུལ་སྐྱོང་ཅ་  
ན། །འོད་ཀྱི་གྲུར་ཁར་ཕུབ་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །མི་ཤེས་བྱིས་པའི་ལུས་སུ་གྱུར་ཅ་  
ན། །ཁྲོགས་མཆོག་བཤེས་གཉེན་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །རྟག་དུ་སྤྱི་བོར་སྒྲོམ་  
ཞིང་མཆོད་འདོད་ན། །ཅ་བའི་སྒྲ་མ་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །སྤྱིང་གི་པད་མོར་  
སྒྲོམ་ཞིང་མཆོད་འདོད་ན། །ཡི་དམ་ལྷ་ཆོགས་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །ཕྱི་ནང་  
ཕྱེན་ངན་བར་ཆད་བྱུང་ཅ་ན། །ཞི་བའི་སྤང་མ་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །བཤེས་  
སྒྲོམ་དབུལ་བའི་ཁོར་བྱིས་སེམས་འདོད་ན། །ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ་ཅིག་སྐྱུན་རས་  
གཟིགས། །ལྟང་ལྟང་ཡི་གེ་དུག་མས་གསོལ་འདེབས་ན། །རྒྱུན་དུ་སྐྱུགས་རྗེས་གཟིགས་  
ཤིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །དགེ་བ་འདི་ཡིས་འགྲོ་དུག་སེམས་ཅན་རྣམས། །སྐྱུགས་རྗེ་ཆེན་  
པོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག །སྒྲ་མ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་དང་། །སྤྱིང་པོ་ཡི་གེ་  
དུག་མའི་རྒྱས་མཐུ་ཡིས། །བདག་ཅག་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་སེམས་ཅན་རྣམས། །བྲམས་  
དང་སྤྱིང་རྗེའི་ས་ལ་བཀོད་པར་ཤོག །བདག་གི་དགེ་བའི་ལས་རྣམས་འདི་དག་  
གིས། །འཛིག་རྟེན་འདིར་ནི་སྐྱུར་དུ་སངས་རྒྱས་ཤོག །འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་ཆོས་རྣམས་སྟོན་

བྱེད་ཅིང་། །སེམས་ཅན་སྤྱད་བསྐྱེད་མང་གཞིར་སྤྱར་སྒྲོལ་ཤོག །ཅེས་བསྐྱོ་བ་དང་སྒྲོན་ལམ་བཟུང་ཅིང་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཡི་གོ་བྱུག་མ་ཨོ་མ་ཤི་བརྗེ་རྒྱ་ཞེས་པ་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་འབྲུམ་ཆར་རེ་འདོན་བཞིན་བཞུགས་སོ། །

དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོ་ལ་ཆོ་འཕྲུལ་རྒྱ་བའི་ཆེ་གཅིག་ཉིན་རེ་བཟུང་འཕགས་པ་སྒྲོལ་མའི་ཞལ་གཟིགས་བྱུང་། ཆོ་འཕྲུལ་རྒྱ་བའི་ཆེ་བརྒྱད་ལ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དོན་ཡོད་ཞགས་པའི་ཞལ་གཟིགས་བྱུང་། ཆོ་འཕྲུལ་རྒྱ་བའི་ཆེ་བཙུ་ལ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡུག་སྟོང་སྤྱན་སྟོང་དང་ལྷན་པའི་ཞལ་གཟིགས་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་ངོ་། །དེའི་ཆེ་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོས་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་འདི་ལྟར་ཞུས། དེ་ཙམ་པོད་དམ་སངས་རྒྱལ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། བདག་གིས་ཡུན་རིང་པོ་དེ་ཙམ་དུ་བསྐྱབས་ཀྱང་མངོན་སུམ་དུ་ཞལ་མི་སྟོན་པར་ཐུགས་རེ་རྒྱུ་ཞེས་ཞུས་པས། འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་དགེ་སློང་མ་ལ་ཞལ་འཇུག་མཛད་ནས་འདི་ལྟར་གསུངས། ང་དང་པོ་ནས་བཟུང་ཁྱོད་དང་མ་འབྲལ་བར་ཡོད་ཀྱང་ཁྱོད་ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་མ་དག་པའི་དབང་གིས་ང་མ་མཐོང་བ་ཡིན། ད་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་སྒྲོལ་བཞིན་མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལ་མི་ལོ་བཟུ་གསུམ་བར་དུ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གཟུངས་ཐུགས་ཡི་གོ་བྱུག་མ་ཨོ་མ་ཤི་བརྗེ་རྒྱ་ཞེས་པ་བརྒྱས་པས་སྟོན་ཀྱི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་དག་ནས་ད་ལྟ་ང་མཐོང་བ་ཡིན་པས་སྟོས་ཤིག་གསུངས། དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོས་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐུ་གཟུགས་མཇལ་བ་དང་སྤྱར་བསྐྱེད་པས་ཆེ་རང་ལུས་ནས་ཐོན་པའི་ཁྲག་དང་རྒྱག་གི་འཐོར་མ་དང་ལུད་པ་རྣམས་གར་སོང་དུ་འཕངས་པས་དེ་རྣམས་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྐུ་ལུས་ཀྱི་ན་བཟང་སོགས་ལ་ཐོག་ནས་མཇལ་བ་དང་། དགེ་སློང་མའི་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ཉག་ཐམས་ཅད་གཡོ་ཞིང་ཤིན་དུ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་བ་སྐྱེས་ནས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཀྱི་སྒྲོ་

ནས་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་ཕྱག་གསུམ་འཆའ་ཏེ་མཐོལ་བཤུགས་འདི་ལྟར་  
ལྷས།

སེམས་ཅན་དོན་ལ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཕྱིར་དུ།

འགོ་དོན་ཐོགས་མེད་ཕྱག་སྟོང་སྒྲུབ་སྟོང་སྒྲུབ།

སངས་རྒྱུ་རབ་བདུན་བདེ་གཤེགས་བཙུ་གཅིག་ཞལ།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉིད་ལ་མཐོལ་ལོ་བཤུགས།

ལྷས་པས། དགེ་སྟོང་མ་ལ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དངོས་ཀྱིས་དབང་ལུང་མན་ངག་  
ཐམས་ཅད་གནང་བ་དང་དགེ་སྟོང་མ་ལ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་སྟེ་དགོངས་པ་སངས་  
རྒྱུ་དང་མཉམ་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ཁོང་གིས་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་  
བོ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཕྱག་སྟོང་སྒྲུབ་སྟོང་ལ་བསྟོད་བསྐྱེད་འདི་ལྟར་བྲེད་  
བཞིན་རང་གི་མཐའ་སྟོར་ལ་མར་གྱུར་པའི་རིགས་དུག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཁོད་  
པར་མཛད་ཅིང་། ལྷས་ཀྱིས་ཕྱག་འཆའ། ངག་གིས་པོ་བསྟོད་འདོན་པ་དང་། ཡིད་ཀྱིས་  
མོས་གྲུབ་དཔལ་སྒྲུབས་སུ་འགྲོ་ཞིང་འདི་ལྟར་བསྟོད།

༡༠༽ འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་པོ་བསྟོད་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་

བསྟོད་བསྐྱེད་མཛད་པ།

འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་པོ་བསྟོད་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་བསྟོད་བསྐྱེད་མཛད་པ།  
ཨོ་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འཛིག་རྟེན་སྒྲུབ་སྟེད་པ་གསུམ་ཀྱིས་བསྟོད་  
པ་པོ། །ལྷ་ཡི་གཙུག་པོ་བདུན་དང་ཆངས་པས་བསྟོད་པ་པོ། །ཐུབ་པའི་རྒྱལ་མཆོག་བསྟོད་  
པས་གྲུབ་པར་མཛད་པ་པོ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་ཀྱི་མགོན་པོ་མཆོག་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། །བདེ་གཤེགས་དཔག་མེད་སྐྱ་སྐྱ་བཟང་འཛིན་པ་པོ། །བདེ་གཤེགས་སྤང་བ་མཐའ་



ཡས་དབུ་རྒྱ་འཛིན་པ་པོ། །ཕྱག་གཡས་མཆོག་སྤྱི་ཡི་དྲགས་བཤེས་སྒྲིམ་སེལ་བ་  
 པོ། །ཕྱག་གཡོན་གསེར་གྱི་བརྒྱས་རྣམ་པར་བརྒྱན་པ་པོ། །དྲི་ཞིམ་རལ་པའི་ཕྱེང་བ་དམར་  
 སེར་འབྲུག་པ་པོ། །ཞལ་རས་རྒྱས་པ་ལྷ་བ་ལྟ་བུར་མཛེས་པ་པོ། །སྤྱན་གྱི་བརྒྱ་མཆོག་ཏུ་  
 བཟང་ཞིང་ཡངས་པ་པོ། །ཁ་བ་དུང་ལྟར་རྣམ་དཀར་དྲི་དང་ལྗང་བ་པོ། །དྲི་མེད་འོད་  
 ཆགས་ལུ་ཉིག་ཆོམ་བུ་འཛིན་པ་པོ། །མཛེས་པའི་འོད་ཟེར་སྐྱ་རངས་དམར་པོས་བརྒྱན་པ་  
 པོ། །བརྒྱའི་མཆོ་ལྟར་ཕྱག་ནི་དངར་བར་བྱས་པ་པོ། །སྟོན་ཀའི་སྤྱི་གྱི་མདོག་དང་ལྗན་  
 ཞིང་གཞོན་པ་པོ། །རིན་ཆེན་མང་པོས་དབྱང་པ་གཉིས་ནི་བརྒྱན་པ་པོ། །ལོ་མའི་མཆོག་  
 ལྟར་ཕྱག་མཐིམ་གཞོན་ཞིང་འཇམ་པ་པོ། །རི་དྲགས་བགས་པ་རུ་མ་གཡོན་ལ་བཀའ་བ་  
 པོ། །སྤྱན་ཆ་གདུ་བྱས་སྤྲེག་ཅིང་རྒྱན་རྣམས་འཆང་བ་པོ། །དྲི་མ་མེད་པ་བརྒྱའི་མཆོག་ལ་  
 གནས་པ་པོ། །ལྟ་བའི་ངོས་ནི་བརྒྱའི་འདབ་ལྟར་འཇམ་པ་པོ། །གསེར་གྱི་སྐྱ་རགས་མཆོག་  
 ལ་ཁོར་བྱས་སྤྱས་པ་པོ། །སྟ་ཟུར་དགྲིས་པའི་རས་བཟང་ཤམ་ཐབས་འཛིན་པ་པོ། །ཐུབ་  
 པའི་མཁྱེན་མཆོག་མཆོ་ཆེན་པ་རོལ་བྱིན་པ་པོ། །མཆོག་བརྟེན་བསོད་ནམས་མང་པོ་ཉི་  
 བར་བསགས་པ་པོ། །རྟག་ཏུ་བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་ཀྱི་ནད་སེལ་བ་པོ། །གསུམ་མཐར་  
 མཛད་ཅིང་མཁའ་སྐྱོད་སྐྱོད་པ་སྟོན་པ་པོ། །ལུས་ཅན་མཆོག་སྟེ་བདུད་དབྱང་འབྲུག་ལས་  
 རྒྱལ་བ་པོ། །གསེར་གྱི་རྒྱང་གདུབ་སྤྱི་ཡིས་ཞབས་ཡིད་འོང་བ་པོ། །ཆངས་པའི་གནས་པ་  
 བཞི་ཡི་དཔེན་པར་མཛད་པ་པོ། །དང་པའི་འགྲོས་འདྲ་སྒྲུང་ཆེན་དེགས་ལྟར་གཤེགས་པ་  
 པོ། །ཡོངས་རྫོགས་ཉི་བར་བསགས་ཤིང་བརྟན་པ་གཉེར་བ་པོ། །འོ་མའི་མཆོ་དང་ཚུ་ཡི་  
 མཆོ་ལས་སྒྲོལ་བ་པོ། །གང་ཞིག་རྟག་ཏུ་ཐོ་རངས་ལངས་ནས་གྲུས་པ་ཡིས། །སྤྱན་རས་  
 གཟིགས་གྱི་དབང་པོ་ཡིད་ལ་སེམས་བྱེད་ཅིང་། །བསྟོད་པའི་མཆོག་འདི་དག་ཅིག་གསལ་  
 བར་བསྟོད་བྱེད་ན། །དེ་ནི་སྒྲིམ་པའམ་བྱུད་མེད་ཡིན་ཀྱང་རུང་། །སྒྲེ་བ་འདིའམ་མ་འོངས་  
 སྒྲེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་དགོས་པ་ཀྱན་འབྲུབ་  
 འགྱུར། །འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱགས་རྗེའི་གཉེར། །འཁོར་དང་བཅས་པ་

བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། །བདག་དང་པ་མ་རིགས་དྲུག་སེམས་ཅན་རྣམས། །སྤྱར་དུ་  
འཁོར་བའི་མཆོ་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེན་སྤྲེལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས། །སྤྱར་  
དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཐོག་མེད་ནས་བསགས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
རྣམས། །ཐུགས་རྗེའི་ཕྱག་བརྒྱའས་བདག་དང་འགྲོ་བ་རྣམས། །ཐུགས་རྗེའི་ཆབ་ཀྱིས་  
སྤྱར་དུ་དག་མཛད་ནས། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་བྱང་དུ་གསོལ། །འོད་དཔག་མེད་དང་སྤྱན་  
རས་གཟིགས་དབང་གིས། །ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་དགོ་བའི་བཤེས་མཛད་ནས། །མ་ཞོར་ལམ་  
བཟང་ལེགས་པར་བསྟན་ནས་ཀྱང་། །སྤྱར་དུ་སངས་རྒྱས་ས་ལ་བཞག་ཏུ་གསོལ། །ཞེས་  
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་གྱུས་པའི་ངང་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པོ། །ཞེས་དང་ཡང་དེ་  
ལས།

### ༡༡༽ ཐུབ་ཐོབ་ལ་ཐུམ་ཀ་རས་རྒྱ་འབྱུལ་བཞུག་ཚུལ།

དེ་ནས་དགོ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མོ་ལོ་མང་ཞིག་གི་རྗེས་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ཐུབ་ཆེན་རྣམས་དང་ལྷན་  
དུ་བཞུགས་ནས་དུར་ཁྲོད་བསིལ་བའི་ཆལ་དུ་སྒྲེབ་པ་ཡར་ངོའི་ཆེས་བརྒྱ་དང་མར་ངོའི་ཆེས་  
ཉེར་ལྷ་རྣམས་ལ་རྗེ་བཙུན་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་རྣམས་ལ་མཁའ་སྤྱོད་མ་རྣམས་དང་དཔལ་ལོ་དཔལ་  
མོ་བཅས་ལ་ཆོགས་འཁོར་རྒྱས་པ་འབྱུལ་བཞུག་བཞུགས། དེ་དུས་ཆོགས་གྱི་ཡོ་བྱང་  
བདུད་རྩི་ག་དང་ཆང་གཉིས་ཀྱང་ལུལ། མ་ཟད་དགོ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མོས་དེ་དག་ལ་ལོངས་  
ཡང་སྤྱད། དེ་ནས་ཡུལ་དེའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་བདུད་རྩི་དམར་ནག་གཉིས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་  
པར་མཐོང་ནས་དགོ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མོ་ནི་མཛེན་དག་པོ་དེ་ལས་གྲོལ་ཀྱང་རྒྱལ་ཁྲིམས་  
གྱི་བསྐྱབ་པ་འཆལ་འདུག་ཟེར་ནས་ཉ་ཅང་གི་སྒྲུར་བ་བཏབ་པོ། །

དེ་དུས་དགོ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མོས་ཡུལ་མི་རྣམས་ལ་འདི་ལྟར་གསུངས། བདག་  
རྒྱལ་ཁྲིམས་མ་ཉམས་པའི་དཔང་པོར་ནི་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་

བཞུགས་ཡོད། གསུངས་ནས་ཁ་སར་བ་ཞིའི་དུས་མཆོད་ཀྱི་ཉིན་སྒྲིམ་པོ་ཁྱིམ་ཁང་པོ་  
ཆོགས་པའི་ཁྱིམ་གསེབ་ཏུ་རང་གི་དབུ་གྱི་གྲུག་གིས་བཅད་དེ་འཁར་སེལ་གྱི་ཅེ་ལ་བསྐྱོན་  
ཏེ་ནམ་མཁར་འཕངས་ནས་སྒྲིན་གྱི་གསེབ་ཏུ་ངོ་མཆར་བའི་གར་མང་པོ་མང་ད། སྐར་ས་  
ལ་བབས་ནས་བདག་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་ཡོད་ཆེ་སྟེ་ལ་སྐར་མི་འབྱར་བར་གྱུར་ཅིག །གལ་  
ཏེ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ཆེ་སྟེ་ལ་ཡང་བསྐྱར་སྐར་བཞིན་འབྱར་བར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་བདེན་  
ཆོག་བརྗོད་པས། དབུ་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་རང་གི་མགྱོན་པ་ལ་སྐར་བཞིན་འབྱར་ངོ། །

དེ་ནས་སྒྲིམ་པོའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དད་པ་སྒྲིམ་ཏེ་རང་དབང་མེད་པར་མིག་ཚུ་  
འཕྲོན་ནས་དད་པའི་བ་སྐུ་ཐམས་ཅད་གཡོ་ཞིང་འདི་ལྟར་ཁྱུས། འདི་ཕྱིའི་སྐྱབས་གནས་སྒྲིམ་  
མ་རིན་པོ་ཆེ་ལགས། བདག་ཅག་ནམས་སྟོངས་པའི་དབང་གིས་མི་ཤེས་པའི་སྒྲིམ་མ་ལ་སྐྱར་  
བ་བཏབ་པའི་ལས་ངན་བསགས་པ་དེ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་པའི་དགེ་སྟོང་མས་བདག་  
ཅག་ནམས་ཀྱི་ཕུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྟོན་ནས་བཞགས་པ་བཞེས་ནས། བདག་ཅག་  
ནམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་གཟུང་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་  
མོས་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཡུལ་གྱུ་དེའི་མི་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་དངས་སོ། །དེ་  
ནས་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོས་འདི་ལྟར་བསྟོད།

སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྐྱུ། །རྡོ་རྗེ་འཛིན་པའི་ངོ་པོ་ཉིད། །དཀོན་  
མཆོག་གསུམ་གྱི་ཅ་བ་སྟེ། །སྒྲིམ་ནམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་བསྟོད། །དུས་གསུམ་བདེ་བར་  
གཤེགས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ། །འགྲོ་བྱུག་སེམས་ཅན་ནམས་ལ་སྐུན་རས་གཟིགས། །ནམ་  
མཁའ་ལྟ་བུར་བྱུང་བའི་བཙུ་གཅིག་ཞེས། །གཟི་བུའི་དོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
སོ། །ལམ་འདི་ཕྱོགས་དུས་ཀྱན་ཏུ་སྟེལ་བ་ལ། །སྟོང་ཕྱོགས་བྱེད་པའི་བཀའ་བསྐྱུང་ཕྱག་  
བྱུག་དང་། །སྐྱུ་ཆེན་བརྒྱད་དང་ཏ་སྟེའི་གཞི་བདག་ལ། །བདག་གི་ཕུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
གྲུས་པས་བསྟོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོ་དགྲུང་ལོ་བྱུག་ཅུ་རེ་

བདུན་པེབས་པའི་ཆེ་ཆོ་འབྲུལ་རྒྱ་བའི་ཆེས་བཙུ་ལའི་ཉིན་ཚུ་བོ་ནི་རྒྱ་ནའི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་  
ལི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བྱ་བའི་ཡུལ་དེ་རུ་འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ཁ་སར་བ་  
ཉི་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེ་རུ་ཁོང་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་འགྲོ་དོན་རྒྱ་  
ཆེན་པོ་མཛད་བཞིན་བཞུགས་པའི་ལོ་མང་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་ལྷ་ཁང་དེའི་ཅེ་ལ་པེབས་མ་  
ཐག་རུ་ནས་མཁའ་ལ་འཇུག་པའི་ལྷ་ར་དག་སྟོང་མའི་སྐུ་ལུས་ཡལ་ལོ། །

དག་སྟོང་མའི་སྐུ་ལུས་ནས་མཁའ་ལ་ཡལ་བའི་རྗེས་སུ་ཡུལ་བྱ་དེའི་མི་ཐམས་  
ཅད་ནི་གྱི་སྐྱག་ནས་མཁའ་ལ་ཁ་གདངས་པ་ལྟར་ཁ་གདངས་ནས་བདག་ཅག་ནམས་ཀྱང་  
རྗེས་སུ་བྱུངས་ཐེང་ནས་དབྱགས་རིང་ཐོན་བཞིན་སྐད་དན་བརྒྱབས། ལ་ལ་ནི་བྲན་མེད་རུ་  
ས་ལ་བརྒྱལ། ལ་ལས་ནི་མགོ་ས་ལ་བརྒྱབས། ལ་ལ་ནི་སྐྱག་བསྐུལ་གྱིས་མ་བཟོད་པར་  
ཡར་རྒྱགས་མར་རྒྱགས་བྱས། ལ་ལས་རང་སྟོག་རང་གིས་གཙོད་ཐབས་བྱས། ལ་ལ་ནི་  
བདེན་རྒྱན་མགོ་མ་ཆོད་པར་མགོ་འཛོམས་ནས་ལུས། ལ་ལ་ནི་མིག་རྒྱ་འབྲལ་མེད་རུ་  
འཛོན་ནས་ས་ཡང་ནག་པོར་མཐོང་། ལ་ལས་ནི་པར་འབོད་མར་འབོད་གཏོང་བཞིན་ལྷ་  
ཁང་དེའི་ཕྱི་ནང་རྒྱག་བཞིན་རང་སེམས་འཛོར་ནས་ལུས། ལ་ལས་ནི་མ་ཁྲན་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་གཟུང་བར་ཤོག་ཅིག་བྱས་ནས་སྟོན་ལམ་ཤུགས་ཆེན་བཟུང་། ལ་ལས་  
ནི་བརྒྱུད་སྐྱག་མང་རུ་འབྲུལ་ཞིང་གསོལ་བ་བཟུང་། ལ་ལས་ནི་འདི་སྐད་སྒྲིས།

ཀྱི་མ་ཀྱི་རུད་ཐུགས་རྗེ་རྒྱུད་། །བདག་ཅག་སྟོན་གཏད་སུ་ལ་འཆལ། །

དམ་པའི་ཆོས་ནི་སུ་ལས་ཀྱི། །འཆི་དུས་འཕོ་བ་སུ་ཡིས་འདེབས། །

བར་དོའི་སྐྱག་བསྐུལ་སུ་ཡིས་སེལ། །སྤྱིབ་སྟོང་འཕྲིན་ལས་སུ་ཡིས་མཛད། །

ཅེས་སོ། །དེ་ནས་ཁ་སར་པ་ཉིའི་ལྷ་ཁང་དེ་ཡང་བྱ་ཆང་ནས་བྱ་ཐོན་པ་ལྟར་སྟོང་སངས་  
དེར་ལུས་སོ། །ཡུལ་བྱ་དེའི་མི་ནམས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐུལ་གང་བྱེད་ཀྱང་བྱ་ཐབས་དང་བྲལ།  
དེ་དུས་ཡུལ་བྱ་དེའི་མི་ནམས་ལ་ནས་མཁའ་ནས་སྐྱ་འདི་ལྟར་བྱུང་།

ཐོན་ཐོན་གྱི་སྐྱེས་ལུ་དམ་པ་རྣམས། །མཛད་འཕྲིན་གྱིས་སྟོགས་བཅུར་བྱ་བ་ན་  
ཡང་། །སྐྱ་མི་བཞུགས་མཆོཅ་ཅམ་བྱལ་དུ་ལུས། །དེ་ཀུན་ཀྱང་མི་རྟག་འཆི་བ་ཡིན། །ཐོན་  
ཡང་རང་སེམས་རྣམ་ཤེས་གཅིག་ལུ་ཞིག །འབྱམས་ཤིང་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་འདིར་སྐྱེས་  
སོ། །ད་ཡང་མར་གྱི་དཀྱིལ་ནས་སྤྱོ་བཏོན་ལྟར། །ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་  
ལུར་འཕྱོ། །དེ་ནས་ལུལ་གྱུ་དེའི་མི་རྣམས་གྱིས་སྐྱ་དེ་ལྟར་ཐོས་པ་དང་ཐམས་ཅད་གྱིས་མི་  
རྟག་པ་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་ནས་རང་གནས་སྤྱོ་ལོག་གོ། །

དེ་ནས་ཀླུ་ལ་པོ་རྒྱལ་པོ་ལས་ཀྱང་དགེ་སྤོང་གི་སྡོམ་པ་ཚུལ་བཞེན་དུ་བསྐྱངས་  
ནས། སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྡོམ་པ་རྣམས་ལ་བཅས་མཚམས་སྟོག་གི་  
ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོར་བར་བསྐྱུང་བའི་དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྦྱུབ་པ་  
དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་རྟོགས་པའི་སྡོམ་པས་གས་སྟོན་ཐམས་ཅད་ལ་ལུས་  
པར་བྱང་ནས་ཀླུ་ལ་སྟོན་འབངས་འཁོར་བཅས་སུ་མ་ཚུ་གསུམ་པའི་སྤྱད་སྡེས་སོ། །



## ༡༡། དགེ་སློང་མ་དཔལ་མའི་ནམ་ཐར་བཟུས་པ་བཞུགས་སོ། །

།མཛད་པ་པོ་མི་གསལ།<sup>1</sup>།

དེ་ནས་འཕགས་པ་སྤུན་རས་གཟིགས་དབང་སྤུག་གིས་རྗེས་སུ་བཟུང་བ་ནི་དགེ་སློང་མ་  
དཔལ་མོ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ནམ་ཐར་ཐར་པ་ནི། དེ་ཡང་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཡིན་  
ལྟ་ཏེ་ཆེ་བའི་སྤྲུལ་སྤྱུང་། འབྲིང་བོའི་ལྷ་མ་སྤྱིང་ཡིན་ཞིང་། མིང་ཡང་ལེགས་སྤྱོད་འབྱུང་བ་བྱ་  
བ་ཡིན། བཟང་ཞིང་མཛེས་པ་ལྟ་ན་སྤུག་པ་གཅིག་ཡོད་པ་ལ། རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་པས་  
ངའི་བྱའི་བཙུན་མོ་བྱེད་དགོས་ཟེར་ཞིང་རིན་བསྐྱལ། དེ་བཞིན་དུ་ཁ་ཆེ་དང་། ཟ་ཏོར་དང་།  
ཨོ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ང་ཡི་བྱའི་བཙུན་མོ་བྱེད་ལ་སྤྱོད་དགོས་  
ཟེར་ཞིང་རིན་བསྐྱལ་ལོ། །

དེ་དུས་ལྷ་གཅིག་རང་གིས་བསམ་པ་ལ། ཀྲ་ཡེ་བདག་ད་ལྟ་རིགས་བཟང་ཞིང་  
མཛེས་ལ་འཕྲོང་བ་དང་ལྷན་པ་འདི་ཡང་། སྤྱི་བ་སྤྱ་མ་བསོད་ནམས་བསགས་པ་ལས་  
བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ད་རེས་དལ་འཕྲོར་གྱི་མི་ལུས་འདི་ལ་བཏེན་ནས་ཆོས་མ་བྱས་ན། སྤྱི་བ་  
ཏིང་མ་ལ་མི་ཁོམ་པའི་གནས་བརྒྱད་དུ་བལྟུང་ནས་ཆོས་བྱེད་པའི་སྐལ་བ་མི་འོང་སྤྲུལ་དུ་  
དགོངས་ནས། ལོ་བཙུ་གཉིས་ལ་ཆོས་སྟོར་ཞུགས་ནས་ཆོས་ཞུས་པས། ཆོས་མང་དུ་ཐོས་  
ཤིང་རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་མཁས་པར་གྱུར་ཏོ། །

<sup>1</sup> མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་མཛོད་ཆེན་མོ། །༡༤། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཆེད་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། ༢༠༡༢ ལོ། ཤོག་གངས་ ༣༢༡  
ནས་དང་། འཕགས་བོད་ཀྱི་སྤྲུལ་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་ཐར་པ་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོད་པའི་སྤྱུང་བ། །༡༥། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་  
ཆེད་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཤོག་གངས་ ༡༢༤ ནས་ ༡༣༡ བར་བཞུགས་པ་ལས་བཟུས་པའོ།

དེ་ནས་སྒྲོན་གྱི་མི་དགེ་བའི་ལས་ངན་སྒྲིན་ནས། ལོ་བཙུག་ལ་མཛེན་བྱང་ནས།  
ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་ཤོ་རྩོད་དང་། ཤ་བཀྲ་དང་། རྩ་སེར་གྱིས་གང་། ལྷག་གཉིས་མཁྲིག་མ་  
ནས་ཆད། ཞལ་ལ་ཁྲོ་ཡིས་འཛེར་བཏབ་པ་ལྟ་བུར་གྱུར། ལུས་ལ་ན་ཆ་དང་། སེམས་ལ་  
སྤྱག་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་། དེར་བསམ་མཐོ་བཏང་བས་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
འདི་དག་གྲང་ཆེ་རབས་སྤྱི་མའི་ལས་ཀྱི་ནམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡིན་པས་ཁྲུང་དགོས། སྤྱག་  
བསྐྱེད་ལས་སྒྲོབ་རྒྱས་པའི་ལྟ་མ་ཞོར་བ་ནི། ལྷགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས། དེ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས་དགོས་དགོངས་ནས་རྩ་པོ་ཆེན་པོ་གཅིག་གི་པར་ཁར། རྩོ་པོ་སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཁ་  
སར་སྤྱ་ཆི་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གཅིག་ཡོད་པ་དེར་སོང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་  
དགོས་དགོངས་ནས། ཆེས་བཙུག་པའི་དུས་སྤྱི་མཆོད་པ་མང་དུ་བྱེད་ནས་རྩ་དེ་ལ་བཞུགས་  
ནས། ཉ་དང་སྤལ་སྒྲོང་མང་དུ་འདུག་པ་མཐོང་ནས་སྤྱིར་རྗེ་སྒྲིམ་ཏེ། ཀློག་ཅི་མང་དུ་རྒྱ་ལམ་  
དུ་བསྐྱགས་ཤིང་བྱོན་ནོ། །

པར་ཁར་བྱིན་པ་དང་། ལྷམ་བྱོན་ནས་འགོ་བྱེད་དགོས་སྤྱི་མ་ཅ། ལྷ་ཁང་མཐོང་  
ནས་དགའ་བྲགས་ཤིང་དད་པ་སྒྲིམ་ནས་བརྒྱུག་ཅིང་བྱིན་པས། བཙུན་པ་ཆོས་སྒྲོ་ཆར་བ་  
ལ་སྒྲེབས། དཀོར་གཉེར་གང་ཡིན་ངེས་པས། བཙུན་པ་གཅིག་གིས་དཀོར་གཉེར་ང་ཡིན་  
ཟེར། བྱིད་ཅི་བྱེད་ཟེར་བ་ལ། ཁོ་མོ་སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ལྟ་འདོད་ཀྱིས་ལྷ་སྒྲོ་འབྱེད་  
པར་ཁྱུ་བྱས་པས། དཀོར་གཉེར་ན་ལེ། བྱིད་སྒྲོ་བ་དམན་པའི་ཐོག་ཏུ་ཡང་མཛེས་པར་འདུག་  
པས། སྒྲོ་རྒྱབ་ཏུ་འདུག་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅིག་གསུངས། དེ་ནས་སྒྲོ་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱད་ནས་  
གསོལ་བ་བཏབ་པས། རྩོ་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱོད་གདན་ཁྱིལ་ལས་འཕགས་ནས་བྱུང་  
བས། དཀོར་གཉེར་ན་རེ་མཛེས་མོ་ཁྲོད་རྒྱས་པ་རེ་ཆེ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་བ་ལ། ལོ་རྒྱས་  
བཤད་པས། རྩོ་མཆར་ཆེ་ཟེར་ནས་ལྷག་ཅིག་འཇུག། དེ་ནས་དཀོར་གཉེར་ན་ལེ། ཁྲོད་ལ་  
མཛེས་བྱུང་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་ཞིག་འདུག་པས། རྩོ་རྒྱབ་ལྷ་ཁང་ནང་དུ་བསྐྱད་པས་ཆོག་ཟེར།  
དེ་རྒྱབ་ལྷ་ཁང་ནང་དུ་བསྐྱད་ནས་སྤོང་གི་རིང་ལ། བ་མོ་བྱུང་ལྷ། བ་མོ་རྩྭ་ལྷ། བ་མོ་སང་



ལྟ་ཡུ། ར་མོ་མོ་གི་ཤར་ཡུ། ཞེས་གསོལ་བ་མང་དུ་བཏབ། ཉལ་ཁར་བདག་རྒྱལ་རིགས་  
སུ་སྒྲིམ་གིང་མོངས་སྟོད་དང་ལྡན་ཡང་། རད་བྲག་པོ་འདི་འདྲ་ཞིག་གིས་ཐེབ་ཅིང་སྤྱག་  
བསྐལ་དང་ལྡན་ནོ། །བདག་བསོད་ནམས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དམ་པའི་ཆོས་ཆེགས་  
ཚུང་ལ་དོན་ཆེ་བ། བདག་གཞན་གྱི་དོན་འབྱུང་བ་གཅིག་ལུང་སྟོན་དུ་གསོལ། ཞེས་ཇོ་བོ་  
སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་ཉལ་བའི་ཐོ་རངས་ཀྱི་ཆ་ལ་བབ་བ་ན། མི་  
ལམ་དུ་རང་གི་ལབ་རྒྱལ་པོ་ཨི་རྩ་ཟེར་བའི་ཁྲུ་ཚུང་མདོག་དཀར་བ་ཤེལ་གྱི་ཐོར་ཚུགས་  
དང་ལྡན་པ། རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་མང་པོས་བརྒྱན་པ་གཅིག་གིས་ཤེལ་གྱི་བུམ་པ་ཅིག་  
བསྐྱམས་ནས། འདི་ཐུགས་ཟླ་ཆེན་པོ་ལ་ཞུས་པའི་ཁྲུ་ཆུ་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྲུ་ཀྱིས་ཤིག་  
ཟེར་ནས་སྤྱི་བོ་ནས་མར་སྤྱག་པས། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་བདེ་ལྟོད་ཀྱིས་སོང་བ་སྐྱམ་  
ཁྱེད། སྒྲིམ་བུ་དེའི་ཞལ་ནས།

ལས་དང་སྐལ་བ་ལྡན་པའི་བུ་མོ་ཁྱོད། །བྲག་པོའི་མཛེན་དུ་འདི་ཡི་རྒྱུན་བྱས་  
ནས། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་ཀྱན་འབྱུང་ཅིང་། །ཆེ་གཅིག་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་པར་འགྱུར། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐུགས་ཟླ་ཀྱན་འདུས་པའི། །བརྩ་གཅིག་  
ཞལ་ལྡན་བྲག་སྟོང་སྤྱན་སྟོང་མངའ། །སྤྱན་རས་གཟིགས་དེ་དད་མོས་བསྐྱུབ་པར་  
ཀྱིས། །ལྷུང་དུ་འབྱུང་ཅིང་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །རིན་ཆེན་སྒྲ་བྲག་སྟོན་མེ་འདི་  
ཐོགས་ཤིག །འགྲོ་བྲག་འཁོར་བའི་ལྷན་པ་འདིས་སེལ་ལོ། །བདུད་ཅིས་བཀང་བའི་བུམ་  
བཟང་འདི་ཁྱེར་ཅིག །འགྲོ་བྲག་དུག་ལཱའི་ནད་ཀྱན་འདིས་ཞིའོ། །གཟུངས་སྤྱགས་ཆོས་ཀྱི་  
འབྱུག་སྐྱ་འདི་སྟོགས་ཤིག །སེམས་ཅན་མ་རིག་གཉིད་ལས་འདིར་བསྐྱངས་སོ། །བསྐྱེད་  
རྫོགས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་འདིར་སྟོས་ཤིག །ཆེ་གཅིག་ཉིད་ལ་རྫོགས་སངས་རྒྱས་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་མིས་སོ། །

དེ་ནས་ནམ་ལང་ཁར་མི་ལམ་གྱི་དོན་སེམས་གིང་ཡོད་ཅ་ན། ནམ་མཁའ་ནས་  
གཟུགས་མེད་པའི་སྤྱ་གཅིག་གྲགས་པ་ལ་ཉན་པས་ན། ལས་དང་སྐལ་བ་ལྡན་པ་

ཁྱོད། །འགྲོ་བ་དགོ་ལ་བཀོད་པའི་ཕྱིར། །འཕགས་པའི་སྐུལ་བ་དཔལ་ཞེས་བྲ། །དེ་ཉིད་  
ལུང་བསྟན་གདམས་ངག་ཁྱུས། །ཞེས་པའི་སྒྲ་གཅིག་གྲགས་སོ། །དེའི་ནངས་པར་དཀོར་  
གཉེར་ལ་ཡུལ་སྟོགས་འདི་ན། རོ་བོའི་ཆོས་ལ་མཁས། བསྐྱབ་བ་ལ་བཙུན་བ་ཅི་འདྲ་ཡོད་  
ཅིས་པས་ན། དཀོར་གཉེར་ན་རེ། སྟོན་གྱི་དུས་ན་ཉི་ཤམ་ཀ་ར་ཞེས་བྲ་བའི་བྲུབ་ཐོབ་  
གཅིག་ཡོད་པ་ནི་འདས། དེའི་སྟོབ་མ་ཟླ་སྟོན་བྲ་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ། སྐུ་རས་གཟིགས་གྱི་  
བྲུབ་ཐོབ་སྐྱབ་བ་པོ་གཅིག་ཡོད་ཟེར། དེ་ལ་ཆོས་ཁྱེ་མི་མང་དུ་ཡོད་དམ་སྐྱས་པས། རྒྱ་གར་  
བ་ཆོས་ཁྱེ་མི་མང་པོ་མེད། བོད་ན་ཁྱེ་མི་འགའ་རེ་འོང་ཞིང་སྣང་། ད་ལྟ་ཕྱག་པ་ཡ་ཀེ་ན་  
བཞུགས་ནས་ཡོད་ཟེར། དེ་ནས་ལུང་བ་དེའི་སྐུ་ན་ཡར་བྱོན་ཅ་ན། ལམ་ཁ་བྲག་པ་གཅིག་  
གི་སར་སྐྱེས་པ་སྟག་རལ་ཅན་ཞིག་གིས་ཞིང་རྩོ་ཞིང་སྣང་བའི་ཕྱི་ན་པར་ལ་བཙུན་བ་ཆོས་  
པོས་སྟོན་པའི་སྟོད་གཡོག་ཅན་དར་དམར་སེར་གྱི་སྒྲིང་གཡོགས་ཅན་གཅིག །ཕྱག་གི་ཕྱི་  
དང་ལ་འགྲོ་ཞིང་། རོལ་ནང་ནས་འབྱ་བྱང་ཆད་བྱ་ཞིང་ཟ་བ་མཐོང་ནས། འདི་ནི་རབ་བྱང་  
གི་ཆ་ཕྱགས། སྟག་པ་ལ་སྟོད་པ་གཅིག་འདུག་དགོངས་ནས། དད་ལོག་གཅིག་སྐྱེས་ནི་  
དེས་མཁྱེན་ནས་འདི་སྐད་ཅས། བྱ་མོ་ཁྱོད། ཁོ་བོ་ལ་དད་ལོག་མ་བྱེད། དག་སྣང་སྐྱེད་ཅིག་  
གསུང་པས། མོས་གྲུས་དུང་བ་གཅིག་བྲས་པའི་ཆེ། དེ་ཉིད་གྱི་ཞལ་ནས། ལས་དང་སྐལ་  
བཟང་བྱ་མོ་ཁྱོད། །ལས་སྐྱབ་སྣང་བ་བདེན་མ་འཛིན། །མ་འགགས་པ་ཡི་ཆོས་རྣམས་  
ལ། །བརྗོད་ཅེས་བྲ་བ་གལ་ཡོད། །མ་སྐྱེས་པ་ཡི་སེམས་ཅན་ལ། །བསད་ཅེས་བྲ་བ་ག་  
ལ་ཡོད། །སྟོད་གསུམ་ཡེ་ནས་འོད་གསལ་ལ། །མ་རིག་ཉིད་གྱིས་སྐྱབ་པ་མེད། །ཅེས་  
གསུངས་ཤིང་། ཞལ་ནས་ཉྱག་ཉྱག་ཅེས་གསུང་པའི་མོད་ལས། སྒར་གྱིས་འབྱ་ཐོས་པ་  
རྣམས་གསོན་པོར་བྱང་ནས། རམ་མཁའ་ལ་འཕུར་ནས་སོང་ཅམ་ན། འཇའ་འོད་དུ་ཡལ་  
ནས་འགྲོ་བ་མཐོང་ངོ། །

འདི་སྐུལ་བ་གཅིག་རེད་སྟམ་ནས་སྐུ་མོང་མ་ཡིན་པའི་དད་བ་སྐྱེས་ནས། རང་  
གི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་བཤད་ཅིང་བདག་ལ་གདམས་པ་ཞིག་ཁྱེ་བྲས་པས། དེའི་ཞལ་ནས།

བདག་ནི་ཕྱག་ན་དོ་རྩེ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །སྟོན་གྱིས་སྟོན་ལམ་འབྲེལ་བ་བདག་ལ་མེད། །དེ་  
ཕྱིར་ང་ཡི་གདམས་པས་བྱེད་མི་གོལ། །སྟོན་གྱི་སྒྲ་མ་བདག་གིས་ལུང་བསྟན་ཏོ། །སྟོན་ནི་  
ཕུ་འདིར་སོང་ལ་ནགས་ཆལ་ན། །མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་རྣམ་སྤྲུལ་དེའི། །མིང་ནི་  
དཔལ་གྱི་དངོས་གྲུབ་ཞེས་བྱ་ཡོད། །དེ་ལ་རིག་རྩས་པ་མ་ཡོད་མ་ཡིན། །སྟོན་གྱི་སྒྲ་མ་དེ་  
འོས་གདམས་པ་ཞུས། །ཞེས་ལུང་བསྟན་ནོ། །དེ་ནས་ལྷ་ཅིག་གིས་ཕྱག་འཆལ་ནས། ཅི་  
འབྱོར་པས་མཆོད་ནས་ལན་གསུམ་བསྐྱོར་བ་བྱས་ནས། ལུང་བསྟན་པ་དེའི་ནང་ནས་ཡར་  
སོང་ངོ། །ལུང་བ་དེའི་ནང་ན་ཡུན་རིང་པོ་བཅའ་ཀྱང་མ་རྟེན་ནས་ལུང་བ་དེའི་ཕུ་ན་ཡར་  
ཕྱིན་པས། ནགས་ཆལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཅིག་འདུག། ནགས་དེའི་ནང་དུ་ཆོལ་བ་ལ་སོང་ཅ་ན།  
འཇག་མའི་སྤྱིལ་པོ་ཞིག་གི་ནང་ན། རབ་རྩ་བྱུང་བ་ཞིག་བཞུགས་ནས་སྤང་། ཉིད་གྱི་མིང་  
ཅི་ལགས་ཞུས་པས། བདག་གི་མིང་དཔལ་གྱི་དངོས་གྲུབ་བྱ་བ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་དངོས་དང་ཡིད་གྱི་མཆོད་པ་སྤྲུལ། ལན་གསུམ་བསྐྱོར་བ་བྱས་ནས་འདི་སྐད་ཅས་  
ཞུས་སོ། །

ན་མོ། མི་ཆེ་འདི་ལས་ཕྱི་མ་རིང་། །བཟོད་དཀའ་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་  
ལས། །ཐར་ཐབས་གདམས་ངག་བསྟན་པར་འཆལ། །བདག་ནི་སྟོན་དམན་ཤེས་རབ་  
རྩུང་། །ཆོག་ས་རྩུང་དོན་ཆེའི་གདམས་པ་ཞིག་། །རྩོ་བོས་བདག་ལ་བསྟན་དུ་གསོལ། །ཞེས་  
ཞུས་པས། །རྩོ་བོས་རབ་རྩ་བྱུང་བ་དེའི་ཞལ་ནས། པལ་ཆེར་བྱུད་མེད་བྱེད་ཅག་  
རྣམས། །དད་པ་རྩུང་ཞིང་སྟོང་རྩས་མེད། །རྣམ་རྟོག་རགས་ཤིང་ཉོན་མོངས་ཆེ། །སྟོན་  
གྱིས་དམ་ཆོས་རྩུང་ཡོང་ངམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལས། ཞུས་པ། བདག་ནི་ཨོ་རྒྱན་རྒྱལ་  
པོའི་ལྷམ། །སྟོན་གྱི་ལས་གྱིས་ནད་གྱིས་ཐེབ། །རྒྱལ་རིགས་སྤྲུ་བ་ལན་ཅིག་ཡིན། །བཀའ་  
བཞིན་བསྐྱབ་པོ་གདམས་པ་ཞུ། །ཞེས་གསོལ་བས་ཡང་གསུངས་པ། བྱ་མོ་སངས་རྒྱས་  
དོན་གཉེར་ན། །དེ་ཡི་རྟེན་ལ་རབ་བྱུང་དགོས། །སྟོན་གྱིས་ཡབ་ལ་བཀའ་གནང་ཞུས། །དེ་  
མིན་བདག་ལ་ཆད་པ་ཤོག །ཅེས་གསུངས། དེ་ནས་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་བྱུང་དུ་སོང་ནས། རབ་

ཏུ་བྱང་བའི་གནང་བ་ཞུས་ཏེ། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་གནང་ནས། ལྷ་མའི་བྱང་དུ་སོང་ནས་རབ་  
ཏུ་བྱང་བ་ཞུས་པས། ལྷ་མའི་རབ་བྱང་མཛད། ལྷ་མས་མཆོན་ལ་བྱངས་ནས་མིང་ཡང་  
དཔལ་མོ་བཏགས། དེ་ནས་ལྷ་མ་དེ་ལ་ཆོས་ཞུས་པས། རྩོམ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་དབང་  
བསྐྱུང། རྒྱུད་བཤད། གདམས་ངག་ཐམས་ཅད་ཆོང་བར་གནང་སྟེ། འདི་སྐད་གསུང་། ལུ་  
མོ་ཁྱོད་སྤྱེ་བ་སྤྱ་མའི་ལས་མི་དགེ་བའི་སྤྲུག་མ་མཛེན་དང་འདིས་ཟེན་གྱང་སྐལ་ལྷན་མ་ཡིན་  
ཞིང་། བྱང་འདི་ཡི་རྩོན་བྱས་ནས་སྤྱར་དུ་དངོས་བྱུང་ཐོབ་པར་གདའོ། །ཁྱོད་རང་མཆོམས་  
ཆོད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྤྱན་རས་གཟིགས་སྐྱབས་ཤིག །དེ་ནས་ལྷ་མའི་གནས་དང་ཉེ་བའི་ས་  
གཅིག་ན་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་རྩྱའི་སྤྱིལ་སོ་སྐབ་ནས་བཞུགས་ཏེ། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་  
གཟིགས་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་ཉིན་མོ་ནི་ཡི་གེ་དྲུག་མ་འདོན། མཆོན་མོ་  
ནི་བཅུ་གཅིག་ཞལ་གྱི་གཟུངས་རིང་བཏོན་པས། ལས་ངན་ཐམས་ཅད་བསྐྱང་ནས་སྤྱུ་ལུས་  
ཀྱི་ན་ཆ་གཟེར་ཐུག་ཐམས་ཅད་ཆེར་སོང་། རྣལ་ཁྲག་མང་དུ་བབས། ཟས་གྱང་བྱག་  
གཉིས་མེད་པས། བཟུང་མ་ཤེས་ནས་ཁྱི་ཁྱུད་འཁྱུང་བ་ལྟར། ལྷ་བ་དྲུག་སོང་བའི་རྒྱབ་ཅིག་  
ཐུགས་དགོངས་ལ། བདག་ལ་བསྐྱབས་སྤྱིལ་དོན་ཆེ་བ། མཆོག་སྤྱན་མོང་གི་དངོས་བྱུབ་  
སྤྱར་དུ་ཐོབ་པའི་སྤྱ་ཅིག་དགོས་པར་ཡོད་པ་ལ། འདི་ལས་མི་སྣང་། དེ་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱ་ཅིག་  
ལྷ་མ་ལ་ཞུ་རྒྱུ་བདོག་གས་སྟམ་ནས། ལྷ་མ་ལ་བདག་ལ་ཆོགས་རྒྱུང་ལ་དོན་ཆེ་བའི་ཆོས་  
གཅིག་ཞུ། ཁྱུང་པར་ནད་རིགས་འདི་ལ་པན་བའི་སྤྱའི་བསྐྱབས་ཐབས་ཤིག་ཞུ་དགོས་ཞུས་  
པས། ལྷ་མའི་ཞལ་ནས། གཤིན་རྗེ་དང་མ་མོ་འདུལ་དཔོན་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་ཡིན།  
གཞོད་སྤྱན་དང་སྤྱེ་བརྒྱུད་འདུལ་དཔོན་བྱག་ན་དོ་རྗེ་ཡིན། ལྷ་དང་ས་བདག་འདུལ་བ་ལ་  
སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྲུག་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པ་འདི་བསྐྱགས་པ་ཡིན་པས། ད་ཁྱེད་  
འདིར་མ་འདུག་པར་ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་བྱ་བའི་གནས་ན། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་  
དབང་སྤྲུག་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་སོ་དང་ལྷན་པ། ཞལ་བཅུ་གཅིག་པ་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་  
ཁང་ཡོད་པས། དེར་སོང་ལ་བསྐྱབས། ཡང་ན་དེའི་པར་ཁར་འདམ་བྱ་རྒྱུ་བའི་ཆལ་བྱ་བ་

ན། རྩོམ་ཡིག་གི་རྒྱལ་པ་གཙོ་བོའི་གསུམ་པ། བྱི་རྒྱལ་མ་ཉིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པས། དེ་གཉིས་གང་འཐད་ཅིག་ཏུ་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྐྱབས། མཚན་མོ་གཟུངས་རིང་ཐོན། ཉིན་མོ་ཡི་གེ་འབྲུ་རྒྱལ་པ་དེ་བྱང་ལ་སློགས་ཤིག ། འཆང་ཞིག ། ཀྱུན་ཚུབ་པར་གྱིས། ཆོགས་ཚུང་ལ་དོན་ཆེ་བ་དེ་ཡིན། བསྐྱར་གནས་དང་ལྡན་པས་བསྐྱེད་རྫོགས་ནན་ཏན་བསྐྱེམ་ཞིང་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅིག་དང་། ལོ་གཅིག་དང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ནས་རྗེ་བཙུན་མ་སློལ་མ་དང་རྫོགས་པ་མཉམ་ཞིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དཔག་ཏུ་མེད་པར་འབྱུང་བར་འབྱུང་དོ། ། ཞེས་བྱང་བསྐྱར་ཏེ། དེ་ནས་རྒྱ་མཐི་བཀའ་བཞེས་ཡི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་དུ་སྤོན་པ་ན། ཉིན་ལམ་གསུམ་བསྐྱོད་པའི་ས་གཅིག་ན། ཤིང་ནེ་ཉོ་ཉའི་སྡོང་པོ་གཅིག་གི་ཞབས་སུ་ཞག་མལ་མཛད་ནས་བཞུགས་པས། དེ་རུབ་གཅན་གཟན་གདུག་པ་ཅན་མང་པའི་སྐྱ་སྐྱད་ཆེན་པོ་ཆོར་བས། འཛིགས་ཤིང་དུག་སྐྱལ་འབྱུང་དོགས་པའི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་བྱང་བས། སྡོང་ལ་རྩོམ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྐྱུན་རས་གཟིགས་འཛིགས་པ་བསྐྱེད་སྟོབ་གྱི་ཞལ་གཟིགས་པས། བསྐྱོད་པ་ཡང་མཛད་དོ། །

མོ་རངས་གཉིད་སང་བ་ན་སྤྲུགས་དགོངས་ལ། ད་མི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་  
ལ། ད་དུང་རྒྱ་བ་ཙམ་ཡོད་པར་འདུག །བདག་གི་ལུས་མ་བདེ་བ་དང་། ཡན་ལག་མ་ཚད་  
བ་འདིས་གཙན་གཟན་དང་སྤྲུལ་གྱིས་འཛིགས་པས་གཅིས་ན། གནས་དེར་བསྟོད་མི་བྱས་  
བ་འང་སྤྲུལ་ནས། སྤྲུགས་ཁལ་མཛད་ཅིང་ཡོད་པའི་སྤྲུབས་སུ་འོད་དམར་པོ་དམར་ལམ་བ་  
ཞིག་བྱང་། གཟིགས་བ་ན་བྱ་མོ་དར་དམར་པོའི་སྟོད་གཡོགས་དང་སྦྲད་གཡོགས་ཅན།  
རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུལ་བརྒྱན་བ་མགོ་ལ་མེ་ཉིག་དམར་པོའི་སྟོད་བཅིངས་བ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་བྱང་  
བ་ལ། ཁྱེད་ནམས་གང་ནས་འོང་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན་བྱས་བ་ལ། བདག་ནམས་ཨོ་རྒྱན་ནས་  
འོང་། བརྒྱའི་རིགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཡིན་ཟེ། དེར་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོས། དེ་ལྟ་ན་མི་  
ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་ན་སྤྲུང་དུ་སྤྲེབས་པའི་དངོས་གྲུ་ཞུ་བས་པས། དེ་དག་གིས་རས་དཀར་  
པོ་ཡུག་གཅིག་ཁ་ཚར་དང་བཅས་ལ། ནམ་མཁར་བརྒྱུད་ལ་འདི་ལ་འཇུས་ཤིག་ཟེ། དེ་

ལ་བརྒྱུད་ཅེས་ན། སྐད་ཅིག་ལག་པ་བརྒྱུད་བསྐྱུས་ཅེས་གྲིས་ལི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་གྱི་གཙུག་  
ལག་ཁང་གི་སྒོ་རྒྱུད་ན་སྤེལ་ས་ནས་འདུག། ཁོང་རྣམས་གྲིས་རས་རྒྱུད་ཡུག་ལྡེའི་སྤྱིང་དུ་  
འབྲས་དུས་མ་ཁལ་ལྷ་སྒྲིག་ནས་འདུག་སྟེ། དེ་རས་འདི་ལ་ན་བཟའ་མཛོད། འབྲས་འདི་ལ་  
གསོལ་ཟས་མཛོད་ལ་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས་ཤིག། ལོ་བཅུ་གཉིས་ནས་རྩོམ་སྒྲིག་མོ་དང་རྩོགས་པ་  
མཉམ་ནས། ཨོ་རྒྱལ་དུ་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་གྱི་གཙོ་མོར་འགྱུར་རོ། དེའི་ཆེ་བདག་ཅག་  
རྣམས་ཀྱང་ཉིད་གྱི་འཁོར་དུ་ཡོང་བར། དེ་ལྟར་ཉིད་གྱི་ཐུགས་གྲིས་དགོངས་འཆལ་བར་  
ནས་མི་སྤང་བར་གྱུར་ཏོ། །

དེ་ནས་ལི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་གྱི་སྤྱི་ཁང་གི་སྒོ་རྒྱུད་བསྐྱུས་ནས། འཕགས་པ་སྤྱན་  
རས་གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་ཡོད་ཅེས། དཀོར་གཉེར་ན་རེ། ཁྱིད་སྤྱི་བ་དམན་  
པའི་སྤྱིང་དུ་མཛོད་མོར་སྤང། དེར་མ་འདུག་ལྷ་ཁང་གི་སྒོ་རྒྱུད་དེར་སྤྱལ་ནས་ངས་རྩེའི་སྤྱིལ་པོ་  
རྒྱུད་ལ་འཕེན་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་སྤྱོད་མ་སྤྱོད། དེར་ཚུ་པར་ཁར་སྤྱན་རས་གཟིགས་གཙོ་  
འཁོར་གསུམ་པའི་སྤྱི་ཁང་དུ་སོང་ནས་སྒྲིབ་བ་དུག་ལ་ཉིན་མོ་ཡི་གེ་དུག་པ་བཏོན། མཆོན་མོ་  
གསོལ་བ་བཏབ་ཀྱང་ཁམས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་མ་བྱུང་། དེ་ནས་སྤང་ཡང་ལི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་  
དུ་ཡོག་ནས་སོང་སྟེ། ལྷ་ཁང་གི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་སོང་ནས་རྩེའི་སྤྱིལ་པོ་སྤྱལ་ནས་ད་བདག་  
གིས་མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་གནས་གཞན་དུ་འགྲོ་རི་གསུངས་ནས་དབུ་  
བསྐྱུང་བཞེས། ཉིན་གཅིག་བསྐྱེན་གནས། ཉིན་ཅིག་བསྐྱུང་གནས་མཛོད་ཅིང་སྤྱན་རས་  
གཟིགས་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་བསྐྱེད་རྩོགས་བསྐྱོམ་ཞིང་གཟུངས་རིང་དང་ཡི་གེ་དུག་མ་  
ལ་ཐུགས་དམ་མཛོད་པས། ལོ་གསུམ་སོང་ནས། ལུབ་ཅིག་ཐུགས་དགོངས་ལ། གཙོང་སྤྱོད་  
དང་བསྐྱུང་གནས་ལ་སོགས་དཀའ་བ་སྤྱད་མི་དགོས་པར། བསྐྱུབས་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་ཅིག་ཡིན་  
ན་དགའ་སྟེ་མི་སྤང། ད་ཀྱུན་ནད་འདི་ཡི་རྒྱུན་བྱས་ནས་ཤི་ན་དགའ་བ་ལ་སྤྱམ་དུ་ཐུགས་  
དགོངས་འགྲོལ་གཉིད་དུ་སོང་སྤང།

མོ་རངས་གཉིད་སང་ནས་བལྟས་པ་ན། སྤྱིལ་པོའི་ནང་ཐམས་ཅད་འོད་གྱིས་གང་  
ནས་པར་བལྟས་པ་ན་ཁྱེུ་སོ་རྗེ་ལ་ཞོན་པ་གཅིག་བྱུང་ནས། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པ་སྦྱབ་པ་བསྦྱབ་སྦྱ་ལ་དོན་ཆེ་བ་  
འདི་ཉིད་ཡིན། སྤྱང་དུ་སྒོལ་མ་དང་རྟོགས་པ་མཉམ་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྟེ་ཐོག་དུ་བདུད་  
ཅིའི་རིལ་བུ་གཅིག་བཞག་ལོ། །དེ་ཉིད་རོ་བརྒྱ་མོ་བ་ཞིག་བྱུང་། ཉིད་སྤྱ་ལགས་ལྷས་པས།  
འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱ་ཡིན་གསུངས། དེས་ན་མཆོག་གི་དངོས་བྱུབ་ལྷ་ལྷས་པས། ད་ལྟའི་  
དེ་ག་ཡིན་མོད་གསུངས། ད་ཁྱེད་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་བྱུགས་རྗེ་འདུས་པའི་ངོ་བོ་སྤྱན་  
རས་གཟིགས་ཞལ་བཅུ་གཅིག་བསྐྱེད་རྟོགས་ཅེ་གཅིག་དུ་སྒོམས་ཤིག །ལོ་དགུ་ནས་བྱུག་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་བྱུབ་འཛོལ་ཅིང་། ཆོ་འབྱུལ་གསུམ་ལ་དབང་འབྱོར་བར་འགྱུར་  
རོ། །གསུངས་ནས་ནམ་ནམ་མཁའ་ལ་འཇའ་ཡལ་བ་ལྟར་སོང་ངོ། །

དེ་ལྟར་ནས་ཕྱི་མ་མེས་པོ་དེ་བས་བྱུང་། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྒོ་དུ་མ་ཐུགས་ལ་  
བཅུངས། ཉམ་ལངས་པ་དང་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་ལྷ་ཁང་གི་སྒོ་དང་། རྡོ་མོའི་ཞལ་ཡང་  
དགེ་སྒོར་མ་དཔལ་མོ་ལ་བསྟན་ནས་འདུག །མཛེན་དང་ཡུང་སྒྲུབ་གྱི་ཐུགས་པ་ལྟར་སོང་  
ནས་པན། ཕྱག་གཉིས་སོར་ཆུད་ཅིང་སྒྲ་མའི་ཕྱག་ལྟ་བུར་གྱུར། དེ་ནས་བཟའ་བཏུང་ཡིད་  
ལ་མི་བྱེད་པར་སྟུན་རས་གཟིགས་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ལ་ཉིན་མཚན་  
འཁོར་ཕྱག་ལ་ཐུགས་དམ་མཛད་པས། སྒར་ལོ་གསུམ་བསྐྱུར་ནད་པན་ནས་ལོ་དགུ་དང་།  
བཅུ་གཉིས་སོར་བའི་ས་ག་རྩ་བའི་ཆེས་གཅིག་གི་ཉིན་མོར་སྒྲོལ་མ་དཀར་མོ་དང་། སྟོན་  
མོ་གཉིས་གྱི་ཞལ་གཟིགས། སྒྲོལ་མ་ཉིད་གྱིས་ཞལ་ནས། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
ཅད་གྱི་འཕྲིན་ལས་ཁོད་གྱིས་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་པོའི་ཡོན་ཏན་  
ཞལ་གཟིགས། རྒྱད་ལ་སྐྱེས་སོ། །ཆེས་བརྒྱད་གྱི་ཉིན་པར་དོན་ཡོད་ཞགས་པ་ལྷ་ལྷའི་  
ཞལ་གཟིགས། སྟུན་རས་གཟིགས་གྱི་སྒོ་ནས་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
དུ་འགོད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆོས་བཅོ་ལྔའི་ཉིན་མོ་དེ་ལྷ་ལུ་རིའི་ཅེ་ནས་གསེར་གྱི་གདུགས་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའ་  
ཙམ་ཞིག་འཁོར་གཟིགས་པས། ཡ་གི་ང་ལ་གཞོད་པའི་སྟེང་ལྷའི་གདོན་ཡིན་ནམ་སྒྲམ་སྟེ།  
སྒྲུབ་རས་གཟིགས་གྱི་བསྐྱེད་རིམ་དང་ལྷན་པས་སྤྲས་མགོར་དམ་ཆོག་གི་རྩི་རྩེ་ཞིག་ཡོད་  
པ་སྒྲངས་ཏེ། ནམ་མཁའ་གདེངས་པས་རྒྱ་སྐར་ཐམས་ཅད་འདར་ཞིང་སྤང་ངོ་། །འོ་ན་འོག་  
སྒྲུའི་གཞོད་པ་གཅིག་ཡིན་ནམ་སྒྲམ་ནས། རྩི་རྩེ་དེས་འོག་ས་ལ་བརྟེན་པས་སྤྲས་པ་དྲུག་  
ཏུ་གཡོས་སོ། །འདི་རྩི་པོའི་སྒྲུལ་པ་གཅིག་ཡིན་ནམ་སྒྲམ་སྟེ། མིག་བཙུམ་ནས་ཅེ་གཅིག་  
ཏུ་གསོལ་བ་གདབ་ཅིང་མོས་གྲུས་དྲག་པོ་བྱས་པས། འཕགས་པ་སྒྲུབ་རས་གཟིགས་ཞལ་  
བཙུ་གཅིག་བྲག་སྟོང་དང་ལྷན་པའི་ཞལ་གཟིགས། དེའི་སྒྲུ་ལུས་གྱི་ནང་དུ་གསང་སྤགས་  
གྱི་ལྷ་མང་པོ་དང་བ་སྒྲུ་རེ་རེའི་ཅ་བ་ན། རྩོགས་བཙུའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་མང་པོའི་  
འཁོར་ཞིང་གི་བཀོད་པ་གཟིགས། རྩོག་སྟོང་ལ་འཁོར་ལོ་བསྒྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་སྟོང་སྒྲུལ་པ་  
དང་། སྒྲུབ་སྟོང་ལ་བསྐྱལ་བ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་སྒྲུལ་པ་ལ། སངས་རྒྱས་དང་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོགས་དུ་མས་ཀྱན་ནས་བསྐྱོར་བའི་ཞལ་གཟིགས། གཞན་ཡང་  
འོགས་སྟོང་བཙུ་དང་། རྒྱལ་ཆེན་སྟེ་བཞི་དང་། ལྷ་ཆེན་བརྒྱད། གཟའ་ཆེན་བརྒྱད། རྒྱ་སྐར་  
ཉེར་བརྒྱད། འཛིགས་བྱེད་དགུ། ལྷ་ཆེན་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་ལྷ་སྒྲུ་གཞོད་སྒྲིབ། ཇི་ཟ་ལ་  
སོགས་དེགས་པ་ཅན་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པའི་ཆོགས་གྱིས། ཞལ་བཙུ་གཅིག་པ་ལ་  
མཆོད་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་དག་གིས་བདག་ཅག་ནམས་ཕྱིན་ཆད་སྒྲུབ་རས་གཟིགས་གྱི་བཀའ་  
འབངས་སུ་བགྱི་ཞིང་ཆོས་སྒྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུང་ཞིང་སྒྲོབས་པར་བགྱིའོ། །ཞེས་ཞལ་  
གྱིས་བཞེས་སོ། །ལྷ་ཡི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ནམས་གྱིས་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་མེ་ཏོག་གིས་ཆར་  
ཆེན་པོ་པལ། དེའི་ཆེ་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོས་རྩི་པོ་ཞལ་བཙུ་གཅིག་པ་ལ། འདི་སྐད་ཅས་  
གསོལ་རྟོ། །

བདག་ནི་བཙུ་གཉིས་ལོན་ནས་ཆོས་སྟོར་ཞུགས། །བཅོ་ལྔ་རབ་བྱུང་ཡི་དམ་ལྷ་  
གསུམ་མཇལ། །དེ་ནས་ལོ་བཙུ་གཉིས་བར་དུ་བྱེད་བསྐྱབས་ཀྱང་། །འཕགས་པའི་ཞལ་ནི་



ད་ལྟའི་བར་མ་མཐོང་། །ཐུགས་རྗེ་རེ་ཆུང་ཞུས་པས། རོ་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཞལ་  
ནས། རི་ལྷར་ཐུན་ལོང་དག་གི་ལག་པ་བྱ། །འོར་བུ་རིན་ཆེན་ལོད་འབར་གནས་སྤྱར་  
ཡང་། །དུས་ལོང་དེ་མི་མཐོང་སྟེ་མིག་མེད་བྱིར། །དེ་ཉིད་ནོར་བུའི་སྦྱོན་ནི་མ་ཡིན་  
ནོ། །རི་ལྷར་མིག་དང་ལྷན་པའི་སྤྲེལ་བྱ་ལ། །འོད་ལྷན་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་མངོན་སུམ་  
མཐོང་། །སྤྲིབ་ཆོགས་སྤྲིན་བྲལ་དད་པའི་མིག་གིས་ནི། །འཕགས་པའི་ཉི་མ་ཤེས་བྱ་ཀྱན་  
སྤང་མཛད། །གཞན་དུ་དགེ་སློང་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་སྐྱབ་པ་ལ་  
མགོ་བརྩམས་པའི་བྱ་བ་མོ་ནས་ཁྱོད་རང་གི་མདུན་དུ་འབྲལ་མེད་དུ་གནས་ཡོད་ཡང་།  
ཁྱོད་རང་གི་ལུས་ཀྱི་སྤྲིབ་པས་བསྤྲིབས་ནས་མ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་ལོ་  
བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱེད་རྗེགས་བསྐྱོམས་པས་སྤྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་ནས། ད་ལྟ་མངོན་  
སུམ་དུ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པས། དགེ་སློང་མས་མིག་གིས་བལྟས་པ་ན།  
སྦྱོན་དུས་ནག་ཁྲག་སྤུས་མགོར་བྱིས་པ་དང་། ལུང་བ་ཐོར་བ་ནམས་རྩི་བོའི་སྤྱི་ཡོད་སྤང་  
གཡོག་ལ་འགོས་དུང་འདུག་པ་མཐོང་སྟེ་ཡིད་ཆེས་སྤྲེལ་སོ། །

དེ་ནས་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བྱུག་གིས་ཞལ་ནས། དགེ་སློང་མ་  
ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱ་ནས་རྩྱ་ཞེས་ཆུང་ལན་གསུམ་བུས་ཤིག་གསུངས། དེ་ལྷར་བྲས་པས་ཆོ།  
ཕྱིག་པ་ར་ཅོ་ཅན་སྤྱ་ནས་བྱུང་ནས། ནམ་མཁའི་མཐོངས་སུ་ཡལ་ནས་སོང་ངོ། །དེའི་དུས་  
ན་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་བདུན་བཞེས་ཏེ། སྤྱི་མདོག་ཡང་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་  
ལྟ་བུར་གྱུར་ཏོ། །ལུས་དང་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཞལ་བརྒྱ་  
གཅིག་སྤྱ། འཇམ་ཆོན་ལྟ་བུས་བྲལ་པར་མཐོང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཡང་རང་དང་དབྱེར་  
མེད་པར་མཐོང་། བདུད་ཀྱི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་བྲམས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཀྱིས་བརྟུལ།  
ཕྱོགས་སློང་བརྒྱ་དང་རྒྱལ་ཆེན་སྟེ་བཞི་དང་། སྤྱ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱིས། སྤྱན་རས་གཟིགས་  
བཀའ་སྤྱང་དུ་ཁས་སྤྲངས་ནས། བསྐྱབ་པའི་བར་ཆད་སེལ་བའི་ཆོས་སློང་དུ་དམ་བཅས་  
སོ། །

ས་ག་ལྷ་བ་ནག་མཐོང་གི་ལྷ་བའི་ཆོས་བཙེ་ལྷ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་བདུན་ཐམས་  
ཅད་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་བཀོད། ཉོན་མོངས་པའི་སྤྲིབ་པ་དག །ཤེས་བྱའི་སྤྲིབ་པ་ནི་  
དག །སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྒྲེ་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་དུ་མ་ཐོབ་སྟེ། ཆོས་  
ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་། ས་བཅུའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
ཞིང་རྒྱལ་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པ་འབྲུམ་སྒྲག་བརྒྱ་གཅིག་ལ་དབང་བསྐྱར་བར་གྱུར་  
ཏོ། །དེའི་ཆེ་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོ་ཏ་ལ་བདུན་སྟོང་ཅམ་གྱིས་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་  
འཕགས་ཏེ། འོད་ཟེར་སྟོང་སྒྲག་དུག་ཅུའི་ཅེར་སྐྱལ་པའི་ལྷ་མོ་མང་པོས་འཕགས་པ་མཆོད་  
པའི་ཆོ་འབྲུལ་མཛད་ཅིང་། རྫོ་པོ་ལ་བསྟོད་པ་བརྒྱ་ཙུ་བ་དང་། སྟོན་ལམ་ཉི་ཤུ་བ་དང་། པོ་  
བསྟོད་དང་། ལམ་ཉི་ཤུ་བ་རྣམས་གྱིས་བསྟོད་ཅིང་སྟོན་ལམ་ཡང་མང་པོ་མཛད་དོ། །དེ་  
ནས་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བསྐྱར་བར་གནས་པ་ལྷ་བ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་མཛད་དོ། །

དེ་ནས་ཡུལ་དབྱུས་སུ་བྱོན་ནས། དགེ་སྟོང་མ་ཉིད་གྱིས་སྒྲ་མ་གྲུབ་ཐོབ་པལ་ཆང་  
བ་དུར་ཁྱོད་དུ་སྟོད་པ་མཛད་པའི་བྱང་དུ་སོང་ནས། དགེ་སྟོང་མས་ཀྱང་ཆོགས་མཆོད་  
གསལ་ཞིང་། བདེ་སྟོང་གི་གར་མཛད་ཅིང་ལྷན་ཅིག་སྤྲེལ་པའི་བདེ་ཆེན་ཟག་པ་མེད་པ་  
མངོན་དུ་གྱུར་པས། ས་བཅུའི་ཡོན་ཏན་རྒྱད་ལ་སྤྲེལ་བར་མཛད་ཅིང་། གསང་སྤགས་གྱི་  
སྟོད་པ་ལ་ཞུགས་པས། མི་རྣམས་ན་རེ། དགེ་སྟོང་མ་འདི་མཛེ་ནད་ལྟར་པན་ནས་སྤང་སྟེ།  
བསྐྱབ་པ་གཡེལ་དུ་སོང་ནས་གདམ་ཟེར་ཞིང་སྐྱུར་བ་བཏབ། ཡབ་རྒྱལ་པོས་ཀྱང་ཁྱོད་ཆུལ་  
ཁྲིམས་འཆལ་ཞིང་པམ་བ་བྱུང་བས། ང་དང་གནས་གཅིག་དུ་འདུག་མི་དུང་གསུངས་པ་  
ལ། དགེ་སྟོང་མས་ཁོ་མོ་ཆུལ་ཁྲིམས། རྣམ་དག་པའི་དབང་པོ་ལ་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཡོད་  
གསུངས་ཏེ། ཁ་སར་པ་ཉི་ཡི་མཆོད་པའི་ཁྲིམ་གསེབ་དུ་རང་གི་མགོ་གྱི་ཁྲག་གིས་བཅད་  
ནས་མཁར་སེལ་གྱི་ཅེ་ལ་བསྐྱོན་ནས། སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་འཕགས་ཏེ་སྤྲིན་གསེབ་དུ་  
གར་མཛད་དོ། །སྐར་ཡང་ས་ལ་བབ་སྟེ། ཁོ་མོ་ཆུལ་ཁྲིམས་འཆལ་ཞིང་པམ་བ་བྱུང་ན་  
མགོ་པོ་དང་ལུས་གཉིས་མི་འབྱར་བར་གྱུར་ཅིག །ཁོ་མོ་ཆུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་ན།

མགོ་པོ་དང་ལུས་འབྱར་ནས་སྔ་མ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཅིག །གསུངས་ནས་བདེན་སྟོབས་བརྗོད་  
ནས་དབུ་སྒྲིའི་སྒྲིའི་དུ་བཞག་པ་ཙམ་གྱིས་སྔ་མ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཅིང་འབྱར་རོ། །དེར་ལུས་དེའི་  
སྒྲི་པོའི་ཆོགས་ཆེན་པོ་དེ་དག་དང་། ཁྲིམ་ཆོགས་པ་དེ་དག་གིས་ཆོས་གསུང་བར་བསྐྱེད་  
བས། སྐད་ཅིག་ཏུ་སྐུན་རས་གཟིགས་སྐྱེལ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་ནས།  
གདམས་པ་གསུངས་པས་ལུས་བྱ་དེའི་མི་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་ལ་གཤེགས་ཏེ། མཁའ་  
སྐྱོད་ཀྱི་སར་བཀོད་དོ། །

དེའི་ཕྱིར་ཀུབ་ཀྱང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་མང་དུ་འཆོགས་ནས།  
ཆོགས་མཆོད་བཤམས་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དགེ་སློང་མས་བདེ་བསྐྱེད་ནས། བྱབ་  
ཆེན་འཁོར་བ་ལ། ཉེ་ལོ་ལ། ར་རོ་ལ། བག་ཆང་ལ། ཞི་རྩ་རྩོ་རྩི་ལ་སོགས་པ། བྱབ་ཆེན་  
བརྒྱད་ཅུ་ཕྱེན་པ་ལ་ཆོགས་ཀྱིས་མཆོད་ནས་སོ་སོའི་རྟོགས་པ་མཁྱུར་དུ་གསུངས་  
སོ། །དགེ་སློང་མ་དཔལ་མོ་ལ་ཡང་། ལྷ་མ་བག་ཆང་བས་མཁྱུར་གསུང་དུ་བསྐྱེད་བས།  
ལྷ་མའི་བཀའ་བསྐྱབ་པའི་དོན་དུ། འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་བསྐྱེད་རྟོགས་མདོར་  
བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་ལྟར་མཁྱུར་གསུངས་པ།

འཕགས་མཆོག་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེ་མ་སྐུན་རས་གཟིགས་  
ཀྱི་ཕྱིན་རྒྱུ་རྣལ་འབྱོར་མས། །དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བསམ་པས་རྟེན་ཆེ་སྟོང་པོ་  
ལངས། །འཆི་བ་རྗེས་སུ་བྲན་པས་ཆེ་འདི་སྒོ་ཡིས་བཏང་། །ལས་འབྲས་བསྐྱེད་མེད་དོན་  
རྟོགས་སྒྲིག་སྤངས་དགེ་ཆོགས་བསྐྱེད། །འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་རྗེས་བྲན་སྤྱིད་ལ་  
ཆགས་སེམས་བྲལ། །སྐྱབས་གནས་བསྐྱེད་མེད་དོན་རྟོགས་སྒོ་གཏད་དཀོན་མཆོག་  
ཡིན། །གཞན་དོན་ཀུན་མཁྱེན་ཐོབ་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད། །སྐྱིབ་གཉིས་  
བརྩོན་ལྷན་གང་གིས་མི་ལམ་ཆོགས་གཉིས་བསལས། །ལྷ་མ་སྐུན་རས་གཟིགས་ལ་  
གསོལ་འདེབས་དབང་བཞི་ཞུས། །མདོན་བྱང་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་གཞུགས་བརྟན་སྐྱེད་འདྲའི་བསྐྱེད་  
རིམ་འབྲུབ། །འདུན་གནས་ཐས་གོས་འགྲོ་འཆག་ཉལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་ཡོད། །གསང་

སྒྲགས་འདྲེན་ལུགས་གསུམ་གྱིས་རག་གི་རྒྱས་པ་འབྲུབ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་གཉིས་  
འབྱོངས་པའི་འཕགས་པའི་ཐུགས། །ལྷ་དང་རྒྱུང་སེམས་མི་དམིགས་ཅེ་གཅིག་ཞིག་ནས་  
གོམས། །རང་རིག་ཡེ་ཤེས་མིག་སྒྲིམ་རྟེན་འབྲེལ་བདག་གཉིས་སྒྲེ་མེད་མཐོང་། །སེམས་  
གནས་འགྱུར་བའི་བར་ལག་དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་འདྲེས། །མཉམ་བཞག་འོད་གསལ་  
རྗེས་ཐོབ་སྒྲུ་མའི་ཉིང་འཛིན་བསྟོམས། །མི་རྟག་སྤྱད་བསྐྱེད་སྟོང་པ་བདག་མེད་དོན་ཤེས་  
པས། །ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་སྒྱུར་བས་དབྱ་མའི་ལམ་སྒྱུངས་ནས། །རང་དང་ཉེ་བའི་འཆི་  
ལྷས་རྒྱུང་རིམ་ལས་གོམས་པས། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་བདེ་ཆེན་ཆངས་པའི་མཁའ་སྟོང་  
འཕོ། །སློབ་གསུམ་སྟོང་དེ་གོམས་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་ནི། །སྤང་ལུས་སེམས་ཉིད་སྒྲུ་  
གསུམ་ཉིད་དུ་རབ་བསྐྱེ་བས། །རྒྱལ་བའི་ཞིང་མཆོག་བདེ་བ་ཅན་དུ་ང་འགྲོ་ཞིང་། །སྦྲར་  
ཡང་སྤྱལ་བས་གཞན་དོན་ལྷན་གྱིས་འབྲུབ། །སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མས་ནི་  
འདི་བསྟོམས་པས། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོའི་གོ་འཕང་དེས་ཐོབ་པོ། །ཞེས་  
གསུངས་པས། ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཨིན་ཏྲོ་རྟེན་སྤྲས་མོ་བྱུབ་པ་ཐོབ་པ་ཁས་སྦྲངས་པའི་མགྱུར་  
མར་འདུག་སྤྲས་དུ་དགོངས་ནས། ཡབ་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལག་པ་སྟོང་དུ་སྤྱལ་ནས་  
བྲངས་པ་ན། དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོས་ཀྱང་ཁོ་རང་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པ་བྱུག་སྟོང་དང་ལྷན་  
པའི་ལུས་ལ་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་བཀོད་པས་རྩུ་འཕྱལ་བསྟན་ནས་བྱུག་སྟོང་གིས་  
ཆོགས་རྣམས་ལྷུང་བཟེད་བཀའ་བ་སྟོང་སྦྲངས་ནས་ཆོགས་འཁོར་མཛད་དོ། །

དེ་ལྷ་བུའི་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོ་ནི། ཕྱི་ལྷར་ན་སྟོལ་མ་ནང་ལྷར་ན་དོ་རྗེ་པག་མོ་  
གསང་བ་ལྷར་ན་པག་མོ་དབྱ་བཅད་མ་དངོས་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྟོང་མ་འདིས་སྤྱན་རས་  
གཟིགས་ཀྱི་རྒྱུད་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས། ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་དབང་རྗེས་གནང་བསྐྱུབ་  
ཐབས་དང་། བསྐྱེད་རྫོགས་ཁྲིད་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སྟོར་མང་དུ་མཛད་ནས། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སར་བཀོད་དོ། །དེ་དག་ནི་དགེ་སྟོང་མ་དཔལ་མོའི་ལོ་  
རྒྱས་སོ། །

༡༡། །མ་ཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོའི་ལོ་རྒྱུས་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ་  
རོ་མཆར་ཡིད་ཆེས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

།མཛད་པ་སོ། །ཤུ་རིན་ཆེན་གྱིས་དེ་མེད་རིགས་པའི་སྒོ་གྲོས།<sup>1</sup>

ཀུན་ཁྱབ་ཀུན་གྱི་སྤྲོད་པོ་གདོད་མའི་གཤེས། །  
དེ་བཅས་དེ་མས་མ་ཞོགས་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །  
ཟག་མེད་མཆོག་གི་བདེ་སྤྲོད་མཁའ་འགྲོ་མ། །  
རྒྱལ་ཀུན་ཡུམ་གཅིག་དེ་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །

གང་གི་གསང་གསུམ་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་མའི་གར། །  
རྒྱལ་སྤྲོད་རྒྱལ་བ་ཡིས་ཀྱང་གཞལ་དཀའ་མོད། །  
འོན་ཀྱང་འགྲོ་སྒོའི་རྗེས་མཐུན་ངོ་མཆར་གཏམ། །  
ཅུང་ཟད་གྲུབ་པའི་ཞལ་ལུང་དེ་བཞིན་བཀོད། །

དེ་ཡང་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཡུམ་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་  
ཏུ་ཕྱིན་མཐུ། རྗེ་རྗེ་མག་མོའི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་མ་ཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ་ཞེས་འདིག་ཉེན་གྱི་  
ཁམས་ཀུན་དང་། དག་པ་མཁའ་སྟོན་གྱི་ཞིང་རབ་འབྲམས་རྒྱ་མཆོ་ནམས་སུ་ཉི་མ་ལྟར་

<sup>1</sup> མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོའི་ལོ་རྒྱུས་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ་རོ་མཆར་ཡིད་ཆེས། །ཤུ་རིན་ཆེན་གྱི་གསུང་འབྲམ། །༡༡། ཤིང་  
དཔར་དཔེ་རིང་། ཤོག་བྱ་ལྔ་ཅན་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྤྲོས་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་པ་བསྒྲ་དཀར་པོའི་ཐེང་བ།  
།༡༥། བོད་སྐད་སྐད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཤོག་གངས་ ༢༣ ནས་ ༢༤ བར་བཞུགས་པ་ལས་  
བཏུས་པ་སོ། །

གྲགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་མཆར་བའི་ཚུལ་མཐའ་དག་ནི། སངས་རྒྱལ་བཙུག་ལྷན་འདས་  
ནམས་ཀྱིས་བསྐལ་བའམ། བསྐལ་བ་ལས་ལྷག་པར་བཞུགས་ནས་གསུངས་ཀྱང་།  
བསྐལ་པའི་མཐའ་ཚྲིགས་པ་ཁོ་ན་ལས་དེའི་ངོ་མཆར་ཀྱི་ཚུལ་བརྗོད་པའི་མཐའ་ཚྲིགས་པ་ནི་  
ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་རིག་པའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་བྱིས་པའི་  
ཚོ་བྲོས་ཀྱིས་གཞལ་བར་བྱ་བ་ནི་ནམ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་གྲུབ་པའི་ཞལ་  
ལུང་ལས་ཚུང་ཟད་ཉིད་པ་དག་རང་གཞན་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་གོང་དུ་སྤེལ་བའི་དམིགས་  
སྤྱོད་དུ་བསམ་ཚུང་ཟད་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། མི་མཐའ་དུ་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་ན་འཛམ་བུའི་  
སྤྱིང་བྱེ་བ་སྤྲལ་བ་ཀྱི་ཡོད་པའི་དབུས་མ་འདིའི་སའི་ལྟེ་བ་ནི། བསྐལ་བ་བཟང་པོའི་སངས་  
རྒྱལ་སྟོང་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་གནས་དབུས་འགྱུར་མ་ག་རྩ་ལྗོངས་གདན་ཡིག་ལ། དེ་  
ནས་བྱུང་བྱོགས་སུ་དཔག་ཆད་དུ་མས་བསྐྱོད་པའི་ས་ན། ལྷ་རྒྱན་གྱི་ལུལ་ཁམས་ཞེས་བྱ་  
བ་ཡོད་དེ། ས་གཞི་ལག་མཐེལ་ལྟར་མཉམ་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་ཨ་ལྷ་རྩ་དང་། ཅན་  
དན་དང་། སང་ལྡང་ལ་སོགས་པའི་ཤིང་ལྡོན་པ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་ནགས་ཆལ་རབ་དུ་རྒྱས་  
བས་བརྒྱན་བ། ལྷ་དུམ་ཨ་ར་ལ་སོགས་པའི་མེ་ཉླ་གི་ཤིང་མང་པོའི་ཆལ་ཡོད་བ། ཅ་བ་  
དང་། སྤང་པོ་དང་། ཡལ་ག་དང་། ལོ་མ་དང་། མེ་ཉླ་དང་། འབྲས་བུ་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་  
བ། ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་ཆུ་བོ་དང་། ཆུ་ཕན་དང་། འབབ་ཆུ་དུ་མ་འབབ་བ།  
ལྡང་ཀ་དང་། རྩང་བུ་དང་། མཆོ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་  
ཆུས་གང་བ། རིན་པོ་ཆེའི་ཁ་དོག་དུ་སྤྱང་བའི་རི་བོ་རི་ཕན་དུ་མས་མཛེས་བ། མ་ཚོས་མ་  
བཏབ་པའི་མེ་ཉླ་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྷན་པའི་གནས་དེར། གང་དག་སྒྲིམ་པའི་  
དབང་པོ་དང་ལྷན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་དཔའ་པོ་དང་། གང་དག་བྱད་མེད་ཀྱི་དབང་པོ་  
དང་ལྷན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །དེ་དག་གི་གོས་དང་།  
རྒྱན་དང་བཟའ་བ་དང་། བཏུང་བ་ལ་སོགས་པའི་འདོད་དགུ་ཐམས་ཅད་ནི། ཡིད་ལ་བསམ་  
པ་ཅམ་གྱིས་སྤྲོན་གྱིས་བྱུབ་སོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་བཅུད་ཀྱི་འཕྲོར་བ་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས་པའི་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་དབུས་ན་  
མེ་ཉླ་བཀོད་བ་ཞེས་བྱ་བའི་གནས་ཡོད་དོ། །མེ་ཉླ་བཀོད་བའི་གནས་དེ་ནི་མེ་ཉླ་གི་  
ནགས་ཆའ་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས་པས་བརྒྱན་ཅིང་། རོར་བུའི་སྤྱ་མདངས་ཀྱིས་མཛེས་པའི་རི་  
དྲགས་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྤྱ་ཆོགས་མེ་ཉླ་གི་ཆའ་དེ་དག་ན་ཅེ་བ་ཡོད་དོ། །དེའི་དབུས་ན་  
རང་བྱུང་གཞོལ་ལའི་གཞལ་ཡས་ཁང་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱན་དང་བཀོད་བ་མེད་པས་བརྒྱན་བ།  
སིལ་སྤྱན་དང་རོལ་མོ་སྤྱ་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱ་སྤྱན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོག་བ་ཡོད་དོ། །གཞོལ་  
དེ་ལ་ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་མཁའ་འགོ་དང་མཁའ་འགོ་མ་རྣམས་དུས་རྟག་དུ་མཆོད་བ་བྱེད་དོ། །

དུས་ལན་གཅིག་གི་ཆོ། གཞོལ་ལའི་གཞལ་ཡས་ཁང་དེའི་བྱིས་དབུས་སུ་མེ་ཉླ་ལྷ་  
དུམ་མ་རའི་སྟོང་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྒྲེས་པར་གྱུར་ཏེ། བསྐྱེད་སྟོང་པོ་དེ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱ་  
ཆོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས་པ་  
དང་ལྷན་བ་ཞིག་གོ། དེ་ལ་མཁའ་འགོ་དང་མཁའ་འགོ་མའི་ཆོགས་ངོ་མཆར་དུ་གྱུར་ཏེ།  
བྲག་འཆའ་ཞིང་བསྐྱོར་བ་བྱེད་བ་དང་། མཆོད་བ་རྣམ་པ་སྤྱ་ཆོགས་དང་། ཆོགས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོས་མཆོད་པར་བྱེད་དོ། །དུས་རེ་ཞིག་གི་ཆོ་ལྷ་དུམ་མ་རའི་སྟོང་པོ་དེ་ལ་  
མེ་ཉླ་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཁ་འབུས་པར་གྱུར་ཏེ། དེའི་འདབ་མ་རྣམས་ཆེར་རྒྱས་པའི་གོ་  
སར་གྱི་དབུས་ནས། མཆོན་དང་དཔེ་བྱེད་ཀྱི་ལང་ཆོས་མཛེས་པའི་བྱ་མོ་སྤྱ་མདོག་དཀར་  
ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ་འཇའ་ལུས་རྩོམ་ཆེའི་སྤྱ་ཅན། གཞོན་ལུ་ལོ་བརྒྱད་ཀྱི་ན་  
ཆོད་ཅུ་བ་ཞིག་འཁྲུངས་པར་གྱུར་ཏོ། །

དེའི་ཆོ་རྣམ་མཁའ་ནས་སྤྱའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་མང་པོས་མེ་ཉླ་གི་ཆར་མངོན་པར་  
ཕབ་ནས་མཆོད་པར་བྱེད་དོ། །ས་ཡང་རྣམ་པ་དུག་དུ་གཡོས་སོ། །རོལ་མོའི་སྤྱ་སྤྱ་ཆོགས་  
ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ངོ་། །མཁའ་སྟོན་གྱི་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགོ་མ་རྣམས་སྟེང་གི་  
བར་སྤང་ལ་སྤྱགས་ཏེ། རྩོམ་ཆེའི་གར་བསྐྱུར་ཞིང་རྩོམ་ཆེའི་སྤྱ་ལེན་པར་བྱེད་དོ། །ས་སྟེང་ལ་  
སྟོན་བ་དང་། ས་འོག་ལ་སྟོན་པའི་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགོ་མ་ཐམས་ཅད་སྤྱིན་གཉིབས་པ་

ལྷ་འདུས་ཏེ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉམས་འབར་ཏེ། ཨ་ལ་ལ་ཉི་ཉི་ཞེས་པའི་སྐྱ་སྐྱོག་ཅིང་གར་བསྐྱར་རོ། །དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མའི་ཆོག་གས་དེ་དག་གར་བསྐྱར་བས། རུས་པའི་རྒྱ་ཆ་དང་ཐིམ་བུ་གཡེར་ཁའི་སྐྱ་ཁལ་ཁྲོལ་དྲངས་ལ་སིལ་དུ་འབྱེན་པར་གྱུར་རོ། །

དེ་ནས་མེ་ཏོག་གི་དབུས་སུ་འཁྱུངས་པའི་བུ་མོ་དེ་ལ། གནས་གསུམ་གྱི་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མའི་ཆོག་གས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱག་དང་བསྐྱོར་བ་བྱེད། དར་གྱི་ཅད་པན་དང་། ར་བཟའ་དང་རུས་པའི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ཕུལ་ཞིང་བརྒྱན་ནས། ཆོག་གས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོས་མཆོད་པར་བྱས་སོ། །དེའི་ཆེ་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་གཞོན་ལའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ནང་དུ་བྱོན་ཏེ། རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུལ་ཁྲི་ཁྲི་པ་བཞུགས་སོ། །དེར་མཆོད་པའི་ཆོག་གས་དུ་མས་མཆོད་དེ། རྩི་རྩེ་པག་མོ་སྤུལ་པའི་སྐྱ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་བྱོན་པ་དེ་ལ། གནས་གསུམ་གྱི་དཔའ་བོ་དང་ལྷ་ཀྱི་ཆོག་གས་རྣམས་ཀྱིས་མགྱོན་གཅིག་ཏུ། མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ་ཞེས་མཆོན་གསོལ་རོ། །

དེ་ནས་མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ་དེ་ཉིད་མཁའ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོག་གས་དཔོན་མཛད་ཅིང་། བཀོད་པ་ལུས་ཀྱི་རྩུ་འབྲུལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་མངའ་བརྟེན་པས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་རྣམས་སུ་བྱོན་ནས། སངས་རྒྱས་གསྐྱའི་ལྷང་གི་བྱེ་མ་སྙེད་མང་པོ་ལ་ཆོས་ཉན་པར་བྱེད་དེ། བདེ་ཆེན་བསྐྱེད་བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ་གཤེགས་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཆེ་དཔག་མེད་ཀྱི་ལྷ་ཆོག་གས་མང་པོའི་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་། ཆེའི་དབང་བསྐྱར་བ་དང་ཆེ་བྱིད་མང་པོ་གསན་པར་མཛད་ནས། འཆི་མེད་ཆེའི་རིག་འཛིན་མཛོན་དུ་མཛད་པའི་རྩལ་བསྟན་རོ། །དེའི་ཆེ་མཆོན་ཡང་གོས་དཀར་མོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འཁོར་ནི་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་འབྲུམ་གྱིས་བསྐྱོར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །འོག་མེན་སྤྱག་པོ་བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་གཤེགས་ཏེ། ལོངས་སྐྱ་རྩི་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་དང་མཛལ། གསང་བ་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་དབང་བཞི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གསན་ཏེ། སྐྱ་



བཞིའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་མཆན་ཡང་དོ་རྩེ་པག་མོ་ཞེས་  
བྲགས་སོ། །

འཁོར་ནི་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་ཆོག་མ་གྱིས་བསྐྱོར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །གཙོ་ལ་  
ཤེས་གྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་དུ་གཤེགས་ཏེ། བཙེམ་ལྷན་འདས་བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོ་དང་  
མཇལ། གསང་སྤྲུགས་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་མ་ལུས་པ་གསན་ནས། མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་བརྟེན་  
པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་མཆོན་ཡང་རྡོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་མ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འཁོར་ན་  
གནས་གསུམ་གྱི་དབང་ལོ་དང་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་གྱིས་བསྐྱོར་བར་བྱེད་དོ། །མེ་ཉོག་ཆེར་  
རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ་གཤེགས་ཏེ། བཙེམ་ལྷན་འདས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྔ་དང་  
མཇལ། དུག་ལྔ་འདུལ་བའི་ཆོས་རྣམས་གསན་ཏེ། ཡེ་ཤེས་ལྔ་དུ་མཛོན་པར་སངས་རྒྱས་  
པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་མཆོན་ཡང་རྣལ་འབྱོར་ཆེན་མོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འཁོར་ནི་  
མཁའ་འགྲོ་སྡེ་ལྔའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །རི་བོ་བྱ་འཛིན་དུ་  
གཤེགས་ཏེ། བྱམས་མགོན་སྤུན་རས་གཟིགས་དང་མཇལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་རྣམས་  
གསན་ཏེ། འགྲོ་བ་འདུལ་བའི་དངོས་བྱུང་བརྟེན་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་མཆོན་ཡང་  
འགྲོ་འདུལ་མཁའ་འགྲོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འཁོར་ནི་སེམས་དབང་སེམས་མ་མང་པོའི་འཁོར་  
གྱིས་བསྐྱོར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །

བསེལ་བ་ཆམ་གྱི་དྲར་ཁྱོད་དུ་གཤེགས་ཏེ། སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་པ་རྣམས་ལ་  
གནས་དང་མཇུག། གསང་སྐགས་ཟབ་མའི་ཆོས་རྣམས་གསན་ཏེ། གསང་ཡུལ་གསང་  
བའི་མཆོད་པ་ལུལ་བས། དགའ་བཞི་བདེ་སྟོང་གི་ཉམས་ཐྱོར་རྒྱས་ཤིང་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མའི་  
དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་བརྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་མཆོན་ཡང་གཙུག་གི་རྒྱན་གཅིག་མ་ཞེས་  
གྲགས་སོ། །འཁོར་ནི་མཁའ་འགྲོ་མང་པོའི་བསྐྱོར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །ཡུལ་ནི་ཤུ་ཅ་  
བཞིར་གཤེགས་ཏེ། མཁའ་འགྲོ་སྐུ་ཅུ་སོ་གཉིས་དང་མཇུག། མན་ངག་གནད་གྱི་  
གདམས་པ་གསན་ཏེ། གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་གྱི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་བརྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་

མཆོན་ཡང་ནམ་མཁའ་དབྱིངས་སྤྲུག་མ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འཁོར་ནི་ཐུག་དཀར་མོ་འབྲུམ་  
གྱིས་བསྐྱར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །དུར་ཁྱོད་བརྒྱུད་ཀྱི་གནས་སུ་གཤེགས་ཏེ། མཁའ་  
འགོ་མ་སེང་གའི་གདོང་ཅན་མ་དང་མཇུག། བདེ་ཆེན་གསང་བའི་དོ་སྟོན་གསན་ཏེ། འཕྲིན་  
ལས་རྣམས་པ་བཞིའི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་མཆོན་ཡང་དུར་ཁྱོད་རོ་  
ཐན་མ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འཁོར་ནི་མཁའ་འགོ་སྤྲུལ་པའི་སྟག་གཟིག་དང་། དོམ་དང་མེ་  
སྲུང་ལ་སོགས་པ་མང་པོས་བསྐྱར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །

རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཆེན་རྣམས་སུ་གཤེགས་ཏེ་རྣམས་འཕྱོར་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱུད་ཅུ་དང་  
མཇུག། ཆོས་སྟོན་བརྒྱུད་ཁི་བཞི་སྟོང་གསན་ཏེ། ཁམས་གསུམ་དབང་སྲུང་གྱི་དངོས་གྲུབ་  
བརྟེན་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་མཆོན་ཡང་མཁའ་འགོ་བདེ་བྱེད་ཅེས་གྲགས་  
སོ། །འཁོར་ནི་སྤྲུལ་ཐུན་ལས་ཅན་མང་པོས་བསྐྱར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །བརྒྱ་དབང་  
གི་གནས་སུ་གཤེགས་ཏེ། དཔའ་བོ་ཆེན་པོ་དབང་ཆེན་རྟ་མགིན་དང་མཇུག། རྒྱུད་སྟོན་སྟོང་  
སྤྲུག་མང་པོ་གསན་ཏེ། མཆོག་དང་སྤྲུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་བསྟན་  
ཏོ། །དེའི་ཆེ་མཆོན་ཡང་གསང་བ་ཡེ་ཤེས་སུ་གྲགས་སོ། །འཁོར་ནི་ཐུག་ཀྱི་སྟོང་སྤྲུག་མང་  
པོས་བསྐྱར་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱེད་དོ། །རི་སྐྱད་བཤད་པའི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གངས་བཅུའི་སྟོ་  
ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་དེ་དག་ལ་སོགས་པར་གཤེགས་ཏེ་ཆོས་ཉན་པ་དང་།  
དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་སྟོན་པ་ནི་མཆོན་པ་ཅན་སྟེ། དུས་སྐད་ཅིག་མ་རེར་ཡང་སྤྱིའི་  
བཀོད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པས་ཅིག་ཅར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རབ་འབྲུམས་རྒྱ་མཆོ་  
དཔག་ཏུ་མེད་པ་རྣམས་སུ། ལ་ལར་ནི་གཙོ་མའི་ཚུལ། ལ་ལར་ནི་འཁོར་གྱི་ཚུལ། ལ་ལར་  
ནི་སྤྲུལ་པའི་ཚུལ་ལ་སོགས་ཏེ། དག་པ་དང་མ་དག་པའི་ཚུལ་སྟོན་ཆོགས་སུ་སྟོན་པར་  
མཛད་པས་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པའི་གནས་སོ། །ཞེས་པ་ནི་གྲུབ་ཆེན་ཏེ་བྱའི་གསུང་ལས་  
རྒྱུད་བ་གང་ཞིག་རས་རྒྱུད་ཞབས་ཀྱིས་སྤྲུགས་ཀྱི་བྱམས་པར་བརྒྱུད་པ་ནས་ཞལ་གྱི་བདུད་

ཅིར་ཅུང་ཟད་འཛག་པ་གང་དག་སྟོབ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ཡི་གའི་ལམ་དུ་འཁོད་སྤང་བ་བརྗོད་  
བདེ་བ་ཅམ་དུ་སྦྱར་བ་ཡིན་ལོ། །

ཡང་སྐྱེ་ཏ་ཆེན་པོ་ནགས་ཀྱི་རིན་ཆེན་ཅེ་ཐང་དུ་བཞུགས་དུས། གྲུབ་རྒྱལ་  
ལུགས་ཀྱི་ཆོ་དཔག་དུ་མེད་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གཟིགས་པས། རྒྱ་རོ་པའི་སྤང་མའི་ལུགས་  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བརྒྱ་དཀར་པོའི་ཞབས་ཀྱང་བཞེད་ཟླ། དེ་  
ལྟར་ན་ལུས་ནི་གྲུ་མའམ། མཁའ་འགོ་མ་རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་དུ་གྲགས་པ་དེ་ཡང་མ་གཅིག་  
གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ་ཉིད་དུ་ངེས་ཤིང་། ཡང་སྐྱེ་ཏ་ག་ཡ་རྩ་ར་དང་ལུས་སྤང་དུ་འཁྱུངས་ཤིང་།  
གྲུ་ཆེན་ཏི་བྱའི་ཨ་ནེ་ཡིན་པར་ཡང་བཤད་སྤང་བས། དུས་གཅིག་དུ་སྤྱིའི་བཀོད་པ་སྤྱ་  
ཆོགས་སུ་གནང་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདེན་པ་ཁོ་ན་སྟེ་འགལ་བ་མ་ཡིན་  
ལོ། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་ཤུག་འཛིན་གྱི་སྟོང་ཤུག་རིན་ཆེན་ཅི་མེད་ལེགས་པའི་སྟོང་སྤྲེས་ཀྱིས་སྤྱན་གསེང་གཅིག་ལ་  
སྦྱར་བཞོ། །དགོལ། །



༡༡། །ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ནི་བྱ་མ་ལ་བརྟེན་པ་  
བྱིན་རྒྱལ་སྤྱད་མཁྱེན་ཞེས་བྱ་བ།

ལྷ་མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ཆོག་ས་ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། །

ཆད་མེད་འགྲོ་ལ་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཅན། །  
སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་རབ་རྒྱས་ཏེ། །  
རྩ་འབྲུལ་ཤུགས་གྱིས་མཁའ་ལ་རབ་འགྲོ་མ། །  
ཡོན་ཏན་བརྗོད་ལས་འདས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་བསྐྱུགས། །

མན་ངག་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་གྱིས་བི་མ་ཀྱན། །  
རབ་ཏུ་དག་བྱེད་དཔའ་བའི་སྒོ་ལྷན་མ། །  
སྤྱི་འཆིའི་ཤུག་བསྐྱེད་ཀྱན་ལས་སྤྱོད་མཛད་པའི། །  
ཕུལ་བྱུང་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་ཕུལ་དུ་བྱུང་། །

གསུང་གི་རྩ་སྤྱོད་རྣམ་པར་རེག་པ་ལས། །  
ཡིད་གྱི་རྒྱ་མཚོར་རྟོགས་པའི་རྒྱལ་གཡོ་ཞིང་། །  
མི་རྟོག་ཏིང་འཛིན་ཉི་མའི་སྟོང་པོ་དང་། །  
ལྷན་སྤྱིས་བདེ་བའི་འོད་ཟེར་མཉམ་དུ་རྒྱས། །

ལྷག་པར་ཞིང་འདིར་གསུང་ཟེར་རབ་འཕྲོས་པས། །

གདུལ་བྱ་དུ་མས་མད་བྱང་རྟོགས་པ་བརྟེས། །

འཕྲིན་ལས་བཟང་པོ་མི་ཟད་འབྱུང་བའི་གཏེར། །

བན་པ་ཅམ་གྱིས་བྱིན་རྒྱབས་འཇུག་ལ་འདུད། །

ཁྱོད་ལ་བསྟོད་པའི་བསོད་ནམས་ཕུན་ཆོགས་གྱིས། །

ཐར་པའི་ལམ་དང་ཉིང་འཛིན་ཐོབ་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་རོང་སྟོན་ཆེན་པོས་དབལ་རྒྱ་ལེར་སྒྲུང་བའོ། །

## ༡༡། །ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ནི་བྱ་མའི་<sup>1</sup> རྣམ་ཐར་བཞུགས་སོ།།

ཆོག་ཕྱོག་རིན་ཆེན་བཙུན་འགྲུས།

ཐུ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། །ཆོས་སྐྱ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་  
ལས། །གཞུགས་སྐྱ་ཉི་མཱ་ལྟ་བུའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །གདུལ་བྱ་སྒོ་ཡི་ཐུན་པ་སེལ་མཛད་  
པ། །ཐུ་མ་དམ་པའི་ཞབས་ལ་གྲུས་པས་འདུད། །དེ་ལ་འདིར་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ནི་  
བྱ་མའི་རྣམ་ཐར་བྱར་ཅམ་གཅིག་བརྗོད་ན། །སྐྱ་འཁྲུངས་པའི་ཡུལ་ནི། ཁོང་ཁྱིམ་ཆེན་པོ་  
དཔེ་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཁ་ཆེའི་ས་ན་ཡོད་པ་ཡིན། ཡུལ་དེ་ཡང་སྐྱ་མ་མཁན་གྱིས་སྐྱལ་པའི་  
ཁོང་ཁྱིམ་ཡིན་ནོ།།

རི་ལྟར་སྐྱལ་ན། སྔོན་རྒྱལ་པོ་འོད་སྤང་བཞུགས་པའི་དུས་ན། དག་བཙམ་པ་ཉི་  
མའི་གུང་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་པས། དུས་དེ་ཅམ་ན་ས་སྔོགས་དེ་ཐམས་ཅད་མཆོ་རྩ་མེར་  
སོང་ནས་ཡོད་པ་ལ། དག་བཙམ་པ་དེས་ཡུལ་སྔོགས་དེར་གཞུག་ལག་ཁང་གཅིག་  
བཞེངས་པར་འདོད་པས། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ས་བསྐྱངས་པས། ལྷ་རྣམས་ན་རེ། ཁྱོད་རང་གི་  
སྐྱལ་གུང་གིས་ཁྱབ་པའི་ས་སྐྱོན་ནོ་ཞེས་ཁས་སྐྱངས་སོ། །དེར་དག་བཙམ་པ་དེས་སྐྱ་ཤིན་  
ཏུ་ཆེ་བ་གཅིག་སྐྱལ་ནས་ཁ་ཆེའི་ས་སྔོགས་དེ་ཁྱབ་པར་བྱས་ཏེ་དེར་ས་གཞི་བྱང་ནས།

<sup>1</sup> ཞི་གུའི་ཆོས་བྱུག་ནི། སྐགས་ལུགས་ནི་གྱ་མཁའ་འགྲོ་ནས་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་བྱུག་སྟེ། གཏུམ་མོ་བདེ་ཤོད་རང་འབར། ལྷ་  
ལུས་ཆགས་སྤང་རང་ཐོལ། མི་ལམ་ཉིང་འཁྲལ་རང་དག །འོད་གསལ་གཉི་ཐུག་རང་སངས། འཕོ་བ་མ་བསྐྱོམས་སངས་  
རྒྱུ། བར་དོ་རྒྱལ་པོ་འོད་སྤང་སྐྱ་རྣམས་སོ། །ཞེས་བྱང་དཀར་ཆོག་མཛོད་དུ་གསལ་ཡོད།

བདུད་ཅི་ལྟ་ལྟའི་གཙུག་ལག་ཁང་བྱ་བ་གཅིག་བཞེངས་སོ། །དེར་མི་རྣམས་ངོ་མཚར་སྐྱེད་  
པའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱུ་མ་མཁན་གཅིག་པོས་ནས། དེས་ཁྱོང་ཁྱེད་ཆེན་པོ་དཔེ་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཁྱོང་  
ཁྱེད་ཆེན་པོ་ལྟ་ན་སྐྱུག་པ་ལ་དཔེ་བླངས་ཏེ་སྐྱུ་ལ་བས། སྐྱུ་མ་མ་བཞིག་པའི་འོག་དུ་སྐྱུ་མ་  
མཁན་དེ་བསད་བས། དེ་ད་ལྟར་གྱི་བར་དུ་ཆགས་སོ།།

ཁྱོང་ཁྱེད་དེ་ཡང་འཛམ་བུའི་གླིང་ན་དེ་ལྟ་བུའི་དཔེ་མེད་ཟེར་བ་བྱུང་བས་དཔེ་མེད་  
དུ་གྲགས་སོ། །དེ་ན་ཆང་ཆོང་མ་རང་ཡང་ཁྱོང་ཁྱེད་འབྲུམ་ཆོ་སོ་དུག་ཡོད་དོ། །དེའི་ཁྱེ་  
བག་བྱ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཁྱོང་ཁྱེད་པའི་བརྗེ་ཏུ་རྒྱ་རོ་བ་དང་། རིན་ཆེན་དོ་རྩེ་གཉིས་  
བཞུགས་སོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ནི་གྲུ་མའི་ཡབ་ནི་བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོ་ཞི་བའི་གོ་ཆ།  
ཡུམ་ནི་བྲམ་ཟེ་མོ་དཔལ་གྱི་སྒྲོ་བོས་གཉིས་ཀྱི་སྲས་མོར་འབྱུངས། མཚན་གཞི་དཔལ་གྱི་  
ཡེ་ཤེས། རྒྱ་རོ་བརྗེ་ཏའི་ལྷུ་མ་མོ་ཡིན། རིགས་ནི་བྲམ་ཟེའོ།།

བསྐྱལ་བ་བྱངས་མེད་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་རོལ་ནས། ལམ་སྐྱངས་པ་སྒྲོན་དུ་གྱུར་  
པའི་རྒྱན་ལམ་གྱིས་སྐྱེ་བ་དེ་ཉིད་ལ་ལྷ་མ་གྲུབ་ཐོབ་འགའ་རེའི་གདམས་ངག །གསུང་སྒྲོས་  
རེ་ཅམ་ཐོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་། ཟག་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་  
ལུས་ཟག་མེད་ལྟའི་སྐྱུ་རུ་རང་ཤར་ཏེ། དག་པ་ས་གསུམ་ལ་གནས་པའི་རྩི་རྩེ་འཆང་ཆེན་  
པོ་ཉིད་དང་ཞལ་མངོན་སུམ་དུ་མཇུག་ཏེ། ཟེག་པ་ཆེན་པོ་གསང་སྐྱགས་ཀྱི་སྐྱུ་ལ་པའི་  
དཀྱིལ་འཁོར་དུ་དབང་བཞི་རྩེ་གསུམ་པར་ཐོབ་ནས། མདོ་རྒྱད་མན་ངག་བསྟན་བཅོས་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་བམས་ཅད་ལ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་སངས་རྒྱས་ཅི་ལྟ་བུ་དང་ཅི་སྟེད་  
པའི་ཆོས་རྣམས་མངོན་དུ་གྱུར་ཏེ། ས་བཅུ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔལ་ཉིད་དུ་གྱུར་ཏེ། ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་པ་ཕྲ་ཞིང་ཕྲ་བ་གཅིག་ལས་སྤང་བྱ་མེད་པར། སངས་  
རྒྱས་དང་གཉིས་སུ་མེད་ཅིང་སྐྱུ་གསུམ་གྱི་བདུད་ཅི་ཅན། རང་དོན་སྤང་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་  
ནས། གཞན་དོན་གཞུགས་སྐྱུ་གཉིས་ཀྱིས་ཅི་སྟེད་འཁོར་བ་མ་སྒྲོང་གི་བར་དུ། གང་ལ་  
གང་འདུལ་གྱིས་འགྲོ་དོན་མཛད་ཅིང་། ཁྱད་པར་དུ་རྒྱད་པ་འཛིན་པ་རྣམས་ལ་ཐུགས་རྩེ་ཉེ་



འིང་མེད་པར་གཟིགས་ནས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་ཅིང་། འཕྲིན་ལས་མཐར་བྱིན་པར་བྱགས་རྗེས་  
གཟིགས་པ་ཉིད་དོ།

ཡང་སྒོས་སུ་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་ཁྱད་པོ་རྣམ་འབྱོར་པ་དེ་ཉིད་ལ་སྦྱལ་བའི་དགྲིལ་  
འཁོར་དུ་དབང་བཞི་རྫོགས་སུ་བསྐྱར་ནས། རྒྱད་མན་དག་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པའི་བཀའ་  
ལུང་གནང་ཞིང་། བྱད་པར་དུ་སྟོན་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་རྣམས་ཆེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་  
རྟོགས་པ་མངོན་གྱུར་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ་འགོད་པར་བྱས་པའི་གདམས་པའི་གནད་ཟབ་ལ་  
རྒྱ་ཆེ་བ་མང་པོ་གནང་ནས། མི་རབ་བདུན་དུ་ཆིག་བརྒྱད་ལས་མི་སྤེལ་བར་བཀའ་རྒྱས་  
བཏབ་ཅིང་། སྒྲོབ་མ་བརྒྱད་འཛིན་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་དག་པ་མཁའ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བར་  
ལུང་བསྟན་པས་ན། བརྒྱད་པ་གཞན་ལས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཉིད་དོ།

ཐོག་མར་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །བན་བ་བཞི་དང་ཡང་དག་སྟོང་  
བ་བཞི། །རྩ་འབྲུལ་རྒྱུད་བཞིའི་དོན་ལ་ལེགས་གནས་པས། །ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །མི་མཐུན་ཟེལ་གཞོན་དད་སོགས་དབང་པོ་ལྟ། །ཤེས་རབ་ལ་  
སོགས་སྟོབས་མཆོག་ལྟ་ལྟན་པས། །གཟུང་འཛིན་དབྱའི་དབྱང་ལས་རྣམ་རྒྱལ་  
ཞིང་། །ཆོས་རྒྱན་ཉིང་འཛིན་སྟུར་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །འཛིག་རྟེན་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་གི་རྗེས་  
ཐོག་ཏུ། །བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་བདུན་དུ་བསྟན་པའི་དོན། །ཆོས་ཀྱི་སྟོང་དང་བརྟེན་དུ་མེད་  
པའི་དབྱིངས། །བདེན་པ་མངོན་སུམ་གཟིགས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །ཡང་དག་ལྟ་བུའི་དོན་  
ལ་མ་གཡེངས་བར། །རིམ་བ་དགྲའི་བར་དུ་ཉམས་བསྟན་པས། །འདུ་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་མི་  
དབྱེ་བ་ཡི་དོན། །བསྒྲོམ་པ་མངོན་དུ་གྱུར་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །ཁམས་གསུམ་ས་དགྲའི་མི་  
མཐུན་པ་ཡི་ཕྱོགས། །མཐོང་སྤང་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་གང་བསྟན་དང་། །སྒྲོམ་སྤངས་  
བཞི་བརྒྱ་བཅུ་གཉིས་ལ་སོགས་པས། །ཉོན་མོངས་སྤྱིབ་པ་དག་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །སྦྱུ་མ་  
ཅམ་དུ་འཛིན་པའི་སྤྱིབ་པའམ། །ཤེས་བྱའི་སྤྱིབ་པ་སྤྱ་ཞིང་སྤྱ་བ་ཀྱུན། །འོད་གསལ་རྫོ་རྫེ་  
ལྟ་བུའི་ཉིང་འཛིན་དེས། །མངོན་དུ་གྱུར་པས་འཛོམས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །འཁོར་གསུམ་

ཡོངས་དག་སྤྱོད་པའི་པ་རྩེ་ཕྱིན། །ཆོས་དབྱིངས་ཀུན་འགོ་བྱེད་པའི་དོན་རྟོགས་  
བས། །སྟོམས་འཇུག་མཐོང་དང་བྱིན་རྒྱལས་ལ་སོགས་པ། །བརྒྱ་ཐུག་བརྒྱ་གཉིས་ཐོབ་ལ་  
བྱག་འཆལ་ལོ། །གཏུང་བ་ཞི་བའི་རྩྭ་ལ་བྱིས་པ་རྩེ་ཕྱིན། །ཆོས་དབྱིངས་རང་ཤར་  
མཆོག་གི་དོན་རྟོགས་བས། །ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཐུག་བརྒྱ་གཉིས་ལ་སོགས་པ། །སྟོང་ཐུག་  
བརྒྱ་གཉིས་ཐོབ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །ཁྲོ་བ་མི་མངའ་བའོད་པའི་པ་རྩེ་ཕྱིན། །ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་སུ་རྒྱ་མཐུན་དོན་རྟོགས་པའི། །ཡོན་ཏན་སངས་རྒྱས་བརྒྱ་སྟོང་ཐུག་བརྒྱ་  
གཉིས། །མངོན་པར་ཐོབ་པ་དེ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །དགོ་བས་མི་རིམས་བཅོམ་འགྲུས་པ་  
རྩེ་ཕྱིན། །ཆོས་དབྱིངས་ཡོངས་སུ་འཛིན་དེ་དོན་རྟོགས་བས། །ཉིང་འཛིན་ཐུག་ཁྲིག་  
ཐུག་ཁྲིག་ཐུག་གཉིས་སོ། །ཀུན་ནས་མཉེས་པ་དེ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

ཡེ་ཤེས་གཡོ་མེད་བསམ་གཏན་པ་རྩོམ་བྱིན། །དབྱིངས་དང་ཆུང་གཞན་ཐ་དད་  
མེད་རྟོགས་པས། །ཡོན་ཏན་སྤྲུལ་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་སྤྲུལ་བཅུ་གཉིས། །མདོན་དུ་གྱུར་བ་དེ་ལ་  
བྲག་འཆལ་ལོ། །མ་སྐྱེས་ཆེ་ཤོས་ཤེས་རབ་པ་རྩོམ་བྱིན། །དབྱིངས་དང་ནམ་གྲུ་ཉིན་  
མོངས་དབྱེར་མེད་རྟོགས། །སྤྲུལ་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་སྤྲུལ་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་སྤྲུལ་བཅུ་གཉིས་  
མཉེས་བ་དེ་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །ཡེ་ཤེས་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཀྱི་པ་རྩོམ་བྱིན། །དབྱིངས་དང་  
མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་མེད་པར་རྟོགས། །ཉིང་ངེ་འཛིན། །ཡོན་ཏན་གྱི་བ་སྤྲུལ་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་  
ནམས། །ཀུན་ནས་མཉེས་བ་དེ་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །མཆོག་ལ་དམིགས་ནས་སྟོན་ལས་པ་  
རྩོམ་བྱིན། །འཕེལ་འགྲིབ་མེད་དབྱིངས་དག་པའི་དོན་རྟོགས་པས། །སྟོང་གསུམ་བརྒྱ་སྟོང་  
སྤྲུལ་བཅུ་ཉི་ལྔ་སྟེད་གཉིས། །སྟོམས་པར་འབྲུག་སོགས་ཐོབ་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །བདུད་  
དཔུང་བཅོམ་ཕྱིར་སྟོབས་ཀྱི་པ་རྩོམ་བྱིན། །སྟོབས་པ་སོགས་མེད་ཡེ་ཤེས་དབང་དོན་  
རྟོགས། །སངས་རྒྱུ་ཞིང་གངས་མེད་པའི་རྩལ་སྟེད་ལ། །བརྒྱ་སྟོང་སྟོམས་འབྲུག་ཐོབ་ལ་  
བྲག་འཆལ་ལོ། །རི་བཞིན་རྟོགས་པ་ཡེ་ཤེས་པ་རྩོམ་བྱིན། །ཆོས་དབྱིངས་སྐྱིབ་མེད་སྟོམ་  
རྩིས་ལྟོ་དང་བལ། །གང་སྟོང་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པའི་ངང་གནས་པའི། །འཕྲིན་ལས་དག་

པའི་དོན་རྟོགས་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །རྒྱལ་སྤྱི་ས་བཅུ་འཛིན་པ་བཅུ་གཉིད་ནི། །སྟོང་གསུམ་  
མཁའ་ལ་སེང་གའི་ཁྱི་སྟེང་བཞག། །འོད་ཟེར་ཆེན་པོའི་དབང་བསྐྱར་མཛད་པ་ཡིས། །ཤེས་  
བྱའི་སྒྲིབ་པ་དག་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ནང་ལྟར་འོག་མིན་བཅུན་མོའི་གཞལ་ཡས་སུ། །ཟག་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དབང་  
བསྐྱར་བས། །སྐད་ཅིག་དེ་ལ་ཆོས་དབྱིངས་སྤང་བ་ཡིས། །མཁེན་པ་ཕྱོགས་མེད་རྒྱས་ལ་  
ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འདུས་མ་བྱས་པའི་དོན་དམ་ཆོས་དབྱིངས་དང་། །མཁེན་བཅེའི་ཡེ་ཤེས་  
གཉིས་སུ་མེད་པ་ཡིས། །བསྟེན་དང་བསགས་དང་བྱབ་དང་རང་བཞིན་གྲུབ། །ཆོས་ཀྱི་ན་  
མངོན་དུ་གྱུར་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲིམ་བཞེངས་བཞུགས་མི་མངའ་ཡང་། །སྟོན་  
བྱི་བསོད་ནམས་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པས། །གཟུགས་སྒྲིམ་རྣམས་རང་ཤར་བྱུང་  
ནས་ཀྱང་། །འཁོར་བ་སྟོང་པར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་དབྱེར་མེད་  
བདེ་བའི་སྒྲི། །བདེ་གཤེགས་སྒྲིམ་པ་ཐུན་མོང་མཆོག་གི་བདག། །ས་བཅུ་འཛིན་པ་བཅུ་  
འཁོར་བ་འཛེན་པའི་དཔལ། །རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་དེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །འགྲོ་བ་དྲུག་  
གི་མ་ཁན་སེམས་ཅན་རྣམས། །གཉིད་མཐའ་མེད་པར་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ནས། །ཟག་  
མེད་བདེ་བ་རྒྱས་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །ཐུགས་རྗེས་དམིགས་མེད་རང་ནས་བྱངས་དུ་  
གསོལ། །ལམ་དུ་བཞུགས་པའི་སྐལ་ལྷན་པོ་མོ་ཀྱུན། །འགལ་རྒྱུན་གོགས་དང་བར་ཆད་  
ཀྱན་ཞི་སྟེ། །ཉམས་དང་རྟོགས་པ་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་། །ལམ་ལྷ་ས་བཅུ་བཞེད་པར་  
བྱིན་གྱིས་ལྷོབས། །ཨ་ནན་ཏ་ཡི་རྟོགས་པའི་ལྷོང་དཀྱིལ་ནས། །དམིགས་མེད་སྟོང་རྗེ་  
ཐོགས་མེད་ཤར་བ་ཡི། །རྗེ་སྟོང་འཁོར་བར་སེམས་ཅན་གནས་ཀྱི་བར། །འགྲོ་བའི་བྲན་  
བཞིན་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་རྣམ་ཐར་ཟུར་ཅམ་འདི། །བརྒྱད་  
འཛིན་རྣམས་ཀྱི་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་བྱིར། །ཀུ་སུ་བ་ཡི་སྤང་པོ་རྣམས་ཕྱོག་པས། །དབྱེས་  
རྟོར་ཡང་དགོན་དཔལ་གྱི་དགོན་པར་སྐྱར། །དགེ་བ་འདི་ཡིས་བརྒྱད་འཛིན་གང་ཟག་  
རྣམས། །ལྷ་མའི་རྣམ་པར་ཚུལ་བཞིན་སྟོང་བར་ཤོག། །འདི་བྱིས་དགེ་བའི་རྣམ་སྒྲིམ་

གྲིས། །བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ནམས། །སྒྲ་མེད་སངས་རྒྱས་སྤྱར་ཐོབ་  
ཤོག། ཅེས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ནི་གྲུ་མའི་ནམ་ཐར་ཐར་བ་རྒྱ་མཆོ་ལས། སྤྱ་ཅེར་བཟུང་བའི་ཐེགས་པ་  
ཅམ་ཅུང་ཐད་བསྐྱས་པ་འདི། བརྒྱད་འཛིན་དད་པ་ཅན་ནམས་དད་པ་སྤྱེ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཕྱིས་ཐེ་ཆོམ་ཅན་ནམས་  
ཐེ་ཆོམ་ལས་ཐོལ་བར་བྱ་བ་དང་། ཡོག་ལྟ་ཅན་ནམས་དགེ་བ་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་དུ། མཐུན་རབ་དང་ཐུགས་རྗེ་  
ཆད་མེད་པ་མངའ་བ་རྫོག་ཚུགས་ཞེས་མཆོན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའོ། །སྐར་མ་རྒྱ་  
ལོ། །ལྷུནྱ། །དགེའོ།<sup>1</sup> །<sup>2</sup>

<sup>1</sup> ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ་ནི་གྲུ་མའི་ནམ་ཐར། རྫོག་ཚུགས་པ་དག་དབང་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་མཛད། འདས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་  
ཀྱིས་གཙུག་པའི་ཆོས་སྐོར་སྣ་ཆོགས། དཔེ་རིང་ཤོག་གངས་ ༡ ནས་ ༤ བར་བཞུགས་པ་དང་། མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་མཛོད་  
ཆེན་མོ། སྤྲེལ་ཆེན་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་བསྒྲ་དཀར་པོའི་ཕྱེང་བ་ལས། ལྷ་མོ་ནམས་དང་རྒྱ་གར་གྱི་མཁའ་  
འགྲོ་མ་དག་གི་ནམ་ཐར་སྐོར། ༡༤༡ བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༥ ལོ། ཤོག་ ༣༡༤ ནས་ ༣༤༡  
བར་བཞུགས་པ་ལས་བཏུས་པའོ།

<sup>2</sup> བསྐྱར་འགྱུར་གྱི་རྒྱུད་ ༡༩༡ བར། དཔལ་གྱི་རྫོང་མེད་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོག་ཞེས་བྱ་བ། མཁའ་འགྲོ་མ་ནི་གྲུ་མས་མཛད་པ།  
མཁའ་འགྲོ་མ་དེ་ཉིད་དང་། ཡོ་རྩེ་བ་སྐྱུན་དར་མ་རྫོགས་ཀྱི་འགྱུར་དང་། ནི་གྲུ་མའི་གདམས་པ་སོགས་དང་། གདམས་དག་  
མཛོད་དུ་བཞུགས་པའི་ནི་གྲུ་མའི་སྐོན་ལམ་བཀའ་རྒྱ་བསྐྱར་བཅོས་མང་དུ་མཛད་དོ།

༡༧། །བྱ་བ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་  
མ་ཁི་བྱ་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཞུགས་སོ།།

༡༧། །གུ་རུ་མ་ནི་རྩ་བའས། རྣམ་འབྱོར་མ་བ་རུ་རི་ཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། མོང་  
ཁྱེར་ཨག་ཅེ་བྱ་བ་ན། ཁྱིམ་བདག་འབྱོར་པ་ཅན་ཞིག་ལ་བྱ་མོ་ལོ་བརྒྱ་གསུམ་མ་གཅིག་  
ཡོད་པ་དེ་རང་གི་རིགས་དང་མཆོམས་(འཆོམ)པའི་བག་མར་བཏང་བས། སྤར་པ་མའི་གམ་  
དུ་འོངས་ནས་དེ་ན་ཡོད་པ་ན། སྤར་མ་ཀུའུ་རི་བ་ཕྱོན་ནས་བྱ་མོ་ལ་བཟའ་བ་སྤངས་པས།  
བྱ་མོ་ན་རེ། ཉིད་གཞུགས་བྱད་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་འདི་འདྲ་བ་ཟས་བསོད་བསྟོམས་  
(སྟོམས)ཀྱིས་འཆོ་ཞིང་། གོས་ཆོམ་བྱས་ཅི་བྱེད། རང་གི་རིགས་དང་མཆོམས་(འཆོམ)པའི་  
ཁྱིམ་ཐབ་གཅིག་ལེན་མོད་ཟེར་བས། དེའི་ཞལ་ནས།

བདག་ནི་འཁོར་བས་འཇིགས་ཤིང་སྤྲུག་པ་ན། །

ཐར་པ་བདེ་ཆེན་མཆོག་ནི་སྤྲུབ་པར་བྱེད། །

དེ་ཡང་ཉེན་བཟང་འདི་ལ་མ་སྤྲུབས་(བསྤྲུབས)ན། །

ཕྱི་ནས་འདི་འདྲ་ཉིད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །

དེས་ན་ཉེན་བཟང་མོར་བྱ་རིན་ཆེན་འདི། །

ཁྱིམ་ཐབ་མི་གཙང་ནང་དུ་ཟས་(སྤྲུགས)པ་ན། །

དགོས་འདོད་རེ་འཇོམས་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤྲུག་ཆོགས་འབྱུང་། །

དེ་སྤར་ཉོགས་ནས་བདག་གིས་ཁྱིམ་ཐབ་སྤངས། །

ཤེས་(ཞེས)གསུངས་པས་དེ་ལ་དད་ནས་བསོད་སྦྲེམས་བྱངས་ཏེ། དེ་ལ་ཐར་བ་ཐོབ་པའི་  
ཐབས་ཅིག་(ཤིག)ཞུ་ཐེར་བས། དེར་ངའི་བྱིས་དྲར་ཁོད་ཡིན་པས་དགོས་ན་དེར་ཤོག་  
གསུངས་པས། དེ་བྱ་བ་གང་ཡང་མ་བྱས་སྟེ་(ཉེ)དགོངས་ཁ་སྒོས་ནས་དེར་འོངས་པ་ལ། ལྷ་  
མས་བྱ་མོ་དེའི་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་མཐོང་ནས་བདེ་མཆོག་ཏུ་དབང་བསྐྱར། བསྐྱེད་རྫོགས་བྱང་  
འབྲུག་གི་གདམས་པ་གནང་བས། ཞག་བདུན་དུ་དགོན་པ་དེ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པ་བྱས། དེ་ནས་  
པ་མ་ཅན་དུ་སྒྱུན་པས་དེ་དག་བརྟེན་པ་དང་ངན་སྦྲས་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པས། བྱ་མོས་  
ཁམས་གསུམ་པོ་དག་ན་པ་མར་མ་གྱུར་བ་ནི་མེད་ལ། རིགས་དང་རུས་ཆེ་བས་ཀྱང་  
འཁོར་བའི་གདེངས་ལ་བསྐྱོག་པ་མེད་པས་ན། བདག་ནི་སྦྲ་མ་རྟེན་(བཞེས)ནས་ཐར་བ་སྐྱབ་  
པར་བྱེད་པས་རྒྱུ་ཅིག་། ངས་ལམ་དུ་ཁྱེར་རོ་ཐེར་བས། དེ་རྣམས་བག་ཅིག་དད་ནས་ཅང་  
མི་ཐེར་བ་ན། དེས་ཀྱང་ལྷ་མའི་གདམས་པ་སྒྲོམ་ཞིང་ལས་དང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲོམ་  
བཏང་ནས་ལོ་གཅིག་ཏུ་སྤང་(བཟང)པ་ན། སྤར་གྱི་ཁྱོ་འོངས་ནས་ཁྱེར་བས། དེའི་བྱིས་དྲ་  
སྒྱུན་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་ལས་དང་བྱ་བ་རི་ལྟར་བྱེད་ཅིང་ཁ་དང་ལུས་ཀྱང་སྐྱབ་ལ་བག་  
སྒྲན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐེར་ཅིང་(ཞིང)ཡོད་པ་ན། སུ་ཆ་ཡང་རིམ་པར་བྱ་དང་བྱ་མོ་གཉིས་  
སྒྲིམ་པ། དེ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་འབྲ་བ་ཡོད་པས་རིགས་གྱི་སུ་ཆ་འདི་འབྲ་བ་ཐེར་ནས་སྒྲོན་པར་  
བྱེད་པའི་ཆེ་སྦྲ་མ་དང་སྤང་ནས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ལོན་པ་ན། རྒྱ་འཆུར་སྒྱུན་ནས་བྱིས་དྲ་  
འོངས་པས་ཤིང་ཞིག་ལ་རྒྱང་བ་འཛོགས་ནས་རྩ་མ་ཆག་པས་དེ་ཀར་འབྲུག་སྟེ་བྱིས་དྲ་ཉི་  
མ་བྱེད་གྱི་བར་དུ་མ་འོངས་པས། ལྟར་སྒྱུན་པ་ན་རྩ་མ་ཆག་པོ་ལ་ལྟས་(བལྟས)ནས་འབྲུག་  
པས། དེ་ལ་གཏམ་ཅི་སྦྲས་ཀྱང་མི་ཉན་པ་ལྟ་བ་ན། ཐམས་ཅད་འདྲིས་གཟུང་ངམ་ཅི་ཐེར་  
ཅིང་(ཞིང)ཉི་མ་གས་ལ་ཁད་པ་ན།

རོག་མ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །ལུས་གྱི་རྩ་མ་ཆག་པ་ལ། །

བྱིས་དྲ་ལོག་པ་ག་ལ་ཡོད། །བདག་གི་རྩ་མ་དེ་རིང་ཆག །

ད་ནི་འཁོར་བའི་བྲིས་དུ་ནི། །མི་ལྷོག་བདེ་བ་ཆེན་པོར་འགྲོ། །  
ཨེ་མ་གླ་མ་ངོ་མཆར་ཆེ། །བདེ་བ་ཐོབ་འདོད་དེ་ལ་བསྟེན། །  
ཞེས་གསུངས་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕགས་ཏེ་ཞག་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་ན་ཨག་ཅེར་བ་ལ་  
གདམས་པ་གསུངས་ནས་མཁའ་རྫོང་དུ་གཤེགས་སོ། །གྲུ་ཅུ་མ་ཉི་ལྔ་བའི་ལོ་རྒྱུས་  
རྫོགས་སོ།<sup>1</sup> །

---

<sup>1</sup> གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱད་ཙུ་ཙུ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས། རྒྱ་གར་ཙམ་པ་རྩེ་གླ་མ་ཆེན་པོ་མི་འཇིགས་པ་སྤྱིན་པ་དཔལ་གྱིས་ཞལ་ནས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་སློང་སློན་འབྲུབ་ཤེས་རབ་གྱིས་ལེགས་པར་འགྱུར། བསྟན་འགྱུར་དཔེ་བཅུར་མ། རྒྱད། རྟོན་དེ་བ་  
ཨང་ ༤༧ བ། གྲུང་གོའི་པོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། ༡༩༩༩ ལོ། ཤོག་གངས་ ༥༡༧ ནས་ ༥༡༩ བར་བཞུགས་པ་  
ལས་བཏུས་པའོ།

གང་གི་མ་རྟོགས་དུས་ཀྱི་ཚུ། རྟོགས་ལྡན་ཚུགས་དག་ཕྱིར་འབྲེངས། །

འདིའི་དོན་ནི། གང་གི་མ་རྟོགས་དུས་ཀྱི་ཆོ། །ཅེས་པ་གང་གི་ནི་འཁོར་བ་ཐོག་མ་  
མེད་པའི་དུས་ཀྱི་ཆོ་ན་འབྱུང་པའི་རང་བཞིན་ནམ། རྟོགས་པའི་རང་བཞིན་ལ་སོགས་པ་  
ཐམས་ཅད། སུ་གང་གི་ཕྱིས་ནས་འབྱེངས་པ་མ་ཆོར་ཅེས་པའི་དོན་ནི། །དེ་ཉིད་རང་བཞིན་  
མཛོན་དུ་གྱུར་ཅེས་པ། དེ་ཉིད་ནི་གཉུག་མའི་རང་བཞིན་གྱི་སྣུག་པ་ལ་བྱའོ། མཛོན་དུ་གྱུར་  
ཅེས་པ་སྒྲ་མ་ཀླ་མ་གྱུ་འི་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཆོ་རང་ལ་རང་གི་རྟོགས་པའི་ཆོ་ན། གང་  
སྣང་རང་བཞིན་དེ་དེ་ཉིད། །ཅེས་པ་གང་སྣང་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་སྣང་རྟོགས་ཆོད་དང་།  
འབྱུང་པའི་རང་བཞིན་གཉུག་མའི་དེ་ཁོ་ནའི་འང་དེ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །རྣལ་འབྱོར་མ་མ་ཁེ་བླ་  
འདི་རྟོགས་བརྗོད་དང་འབྲེལ་བ་རྗོགས་སོ། །<sup>1</sup>

~ 218 ~



༣༡། །བྱབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་  
མེ་ཁ་ལའི་ལོ་རྒྱུས་བཞུགས་སོ།།

༣༡། །གུ་རུ་མེ་ཁ་ལའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། ཡུལ་དེ་མི་ཀོ་ར་ན་གྲིམ་བདག་གཅིག་ལ་  
བྱ་མོ་གཉིས་ཡོད་པ། དེད་དཔོན་ཞིག་ལ་ཡང་བྱ་གཉིས་ཡོད་པ་གཉིན་དུ་བྱས་པ་དང་། བྱ་  
མོ་དེ་གཉིས་ལ་ཐམས་ཅད་ཁ་ཟེར་བར་བྱེད་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ངན་པ་བྱས་པ་མེད་དོ། །དེའི་  
ཆེ་བྱ་མོ་ན་རེ། རྒྱ་མཚན་མེད་པར་ཁ་ཟེར་བ་འདི་འདྲ་ལ་གཞན་དུ་འབྱམས་དགོས་ཟེར།  
བྱ་མོ་ན་རེ་གང་དུ་བྱིན་ཀྱང་ཆོགས་མ་བསགས་པས་འདི་དང་ཁྱད་མི་འོང་བས། འདི་ཉིད་  
རང་དུ་སྤྲད་(བསྤྲད)དགོས་ཟེར་བའི་ཆེ། ལྷ་མ་ཀཱ་པ་བྱ་བ་དེར་བྱོན་སྟེ་(༩)། དེ་ནི་ནལ་  
འཁྱར་མོ་མོ་བདུན་བརྒྱུས་བསྐྱར་བ། མ་རེག་པའི་གདུགས་དབྱེ་ལ་འཁོར་བ། རྒྱ་མ་རུའི་སྒྲ་  
མ་བཀོལ་བར་འཁྱོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྒྲིགས་པས། དབྱུན་  
(སྒྲིག)གཉིས་ཀྱིས་འོ་སྐྱོལ་གཉིས་ལ་ཡུལ་མི་དང་ཁྱོ་ཡང་ཁ་ཟེར་བས། ལྷ་མ་འདི་ལ་  
གདམས་པ་ཁུས་ནས་སྒྲུབ་པ་བྱེད་དགོས་བྱས་དེའི་ཅན་དུ་བྱིན་ཏེ་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་  
བསྟན་ཅིང་གདམས་པ་ཁུས་པས། དེས་ཀྱང་གནང་སྟེ་དབང་བསྐྱར་ནས། ལྷ་བ་སྐྱོམ་པ་  
སྟོན་པ་འབྲས་བུ་བྱུང་འདུག་པག་མོའི་གདམས་པ་གནང་དོ། །

དེ་གཉིས་ཀྱིས་བཙོན་པས་བསྐྱབས་པས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ན་གྲུབ་པ་ཐོབ་སྟེ། ལྷ་མ་  
ཅན་དུ་བྱིན་ནས་བྱག་དང་མཚོད་པ་བྱས། བཀའ་བྲིན་གྱིས་ཁྱབ་པའི་གཏམ་བཏང་བས།  
ཁྱེད་གང་པ་ཡིན་ངས་མ་ཤེས་གསུངས་པས་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བསྟན་དོ། །འོ་ན་ང་ལ་ཡོན་  
འབྲུལ་དགོས་གསུངས་པས་ལྷ་མ་ཅི་བཞེད་པ་འབྲུལ་ལགས་ཁུས་པས། འོ་ན་ང་ལ་ཁྱེད་  
གཉིས་ཀྱི་མགོ་པོ་བྱིན་ཅིག་གསུངས་པས། དེས་ཀྱང་ལྷ་མ་བཞེད་ན་འབྲུལ་ཟེར། དེ་གཉིས་

ཀྱིས་རང་རང་གི་ཁ་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རལ་གྱི་ཚོ་རར་དང་ལྷན་པ་རེ་ཕུང་ནས་ཡན་ལག་གི་  
དང་པོ་མགོ་བོ་བཅད་ནས་ཕུལ་སྟེ་(ཉེ།

བདག་གཉིས་པོ་སྒྲ་མའི་བཀའ་བློན་གྱི།

བསྐྱེད་རྫོགས་ཟུང་འབྲུག་འཁོར་འདས་སྟོས་པ་བཅད།

ལྟ་སྟོད་ཟུང་འབྲུག་སྤང་སྟོས་པ་བཅད།

དབྱིངས་རིག་ཟུང་འབྲུག་བདག་གཞན་སྟོས་པ་བཅད།

སྟོས་མེད་བད་ཡི་ཚུལ་དུ་འདི་འབུལ་ལོ།

ཅེས་(ཞེས)གསུང་བཞིན་དབུ་བཅད་དེ་གར་མཛད་པས། ཀུན་པའི་ཞལ་ནས།

ཨེ་མ་རྣལ་འབྱོར་ཆེན་མོ་གཉིས། །ཡོན་ཏན་མཆོག་ཐོབ་དགེ་བ་སྟེ།

རང་ཉིད་ཞི་བདེ་དམན་པས་ན། །འགྲོ་བའི་དོན་ཕྱིར་གནས་པར་མཛོད།

ཅེས་གསུངས་པས་མགོ་བོ་སྤར་སོས་ཏེ་ཆ་མེད་པར་གྱུར་པས། ཐམས་ཅད་རོ་མཆར་

སྒྲིམ་ནས་དབུ་བཅད་མ་དཔུང་(སྟུན)གཉིས་སུ་གྲགས་ཏེ་ཀུན་པའི་ཞབས་འབྲིང་བྱས་ནས།

ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་སྟེ་ལོ་མང་དུ་འགྲོ་དོན་མཛད་ནས་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ལ་

སོགས་པ་མཛད་དེ་མཁའ་སྟོན་དུ་གཤེགས་སོ། །ཕྱ་མོ་སྟེ་གྲུ་བུ་མེ་ཁ་ལའི་ལོ་རྒྱུས་རྫོགས་

སོ།<sup>1</sup> །<sup>2</sup>

<sup>1</sup> གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱད་ཅུ་ཙམ་པོ་རྒྱུས། རྒྱ་གར་ཅམ་པ་རྒྱའི་སྒྲ་མ་ཆེན་པོ་མི་འདིགས་པ་སྟེན་པ་དཔལ་ཀྱིས་ཞལ་ནས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་སྟོང་སྟོན་འབྲུབ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ལེགས་པར་འགྲུབ། བསྟན་འགྲུར་དཔེ་བསྟར་མ། རྒྱད། ་༡༡༽ དེབ་  
ཨང་ ༤༩ བ། གྲུང་གོའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་། ༡༩༩༩ ལོ། ཤོག་གངས་ ༥༩༩ ནས་ ༥༣༠ བར་བཞགས་པ་  
ལས་བདུས་པའོ།

<sup>2</sup> གྲུ་བུ་ཀ་ན་ཁ་ལའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། གྲུབ་ཆེན་ཀུན་པ་སྟེ་ནག་པོ་སྟོད་པའི་ཞབས་ཀྱིས་རྫོང་བ་བརྗོད་མ་ཐག་པའི་དབུ་  
བཅད་མ་སྟུན་གཉིས་ཀྱི་བུ་མོ་དེ་ཡིན་ལ། རྣམ་ཐར་གོང་གིས་རྟོགས་ཤིང་། མཆོན་རྣལ་འབྱོར་མ་ཀ་ན་ཁ་ལ་ཞེས་གྲགས་  
སོ། །གྲུ་བུ་ཀ་ན་ཁ་ལའི་ལོ་རྒྱུས་རྫོགས་སོ།

༡༡། །མེ་ཁ་ལིའི་དོ་ཉ་འབྲེལ་པ་དང་བཅས་པ་བཞུགས་སོ།།

༡༡༡། །གུ་རུ་མེ་ཁ་ལིའི་ཞལ་ནས།

ཕྱི་དང་ནང་ཀུན་སེམས་སུ་འདུག །

ཞེན་པ་མེད་ན་རོ་སྟོམས་ལྡན། །

འབད་སྟོལ་(ཆལ)མེད་ན་སྟོམས་པའི་མཆོག །

གཉིས་མེད་བདེ་ཆེན་རྫོགས་སངས་རྒྱས། །

ཅེས་(ཞེས)སོ། །

འདིའི་དོན་ནི། ཕྱི་དང་ནང་ཀུན་སེམས་སུ་འདུས། །ཅེས་(ཞེས)པ། ཕྱི་སྟོན་གྱི་  
འཛིག་རྟེན་དང་། ནང་བཟུང་གྱི་སེམས་ཅན་གྱི་བསྐྱེད་པའི་འཁོར་བའི་ཆོས། རྟོགས་པའི་  
རི་བོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་སུ་འདུས། ཅེས་(ཞེས)པའོ། །སེམས་རང་གི་རང་  
བཞིན་ཅི་ཞིག་ན། སེམས་ཅེས་(ཞེས)པ་རང་རིག་པའི་རོ་བོ་འདུས་མ་བྱས་པ་གཅིག་ལ་བྱ་  
ལ། རིག་པའི་རོ་བོ་དེ་རང་བདེ་བ་དབྱེར་མེད་པ་སྟོང་ཉིད་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས་པ་  
གཅིག་ཡིན་གསུང་ངོ་། །དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ལྟ་ཐོག་ན་སྟོན་པ་གཅིག་འདུག་ན་སྟོན་པ་ཐམས་  
ཅད་གཅིག་ཏུ་རོ་སྟོམས་པ་ལ་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་། ཞེན་པ་མེད་པ་རོ་སྟོམས་ལྡན། །ཞེས་པ་  
ཞེན་པ་ནི་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོ་ཡིན་ལ། སྟོ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྟོ་ཡིན་པས། སྟོ་དེ་  
བཞིན་པ་ཅམ་ན་ལྡན་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཞེན་པ་མེད་ན་འབད་སྟོལ་(ཆལ)བྲལ་ནས་འདུག་

ཅམ་ན་སྒྲིག་པའི་མཆོག་ཅམ་བྱའོ། །ནམ་འབྱོར་མ་མེ་ཁ་ལིའི་རྟོགས་བརྗོད་དང་འགྲེལ་བ་  
རྟོགས་པོ།<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱུད་ཅུ་ཙ་བཞིའི་རྟོགས་པའི་སྤྱིང་པོ་དང་དེའི་དོན་འགྲེལ། བསྟན་འགྲུར་དཔེ་བསྐྱར་མ། རྒྱུད། །གྲི། དེབ་ཨང་  
༩༩ ལ། གྲུབ་ཐོབ་པོ་དག་གི་འཕྲིན་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཁྲིམས་འཕྲིན་ལྷན་པའི་ ༡༩༩༩ ལོ། སྤྱི་གྲངས་ ༩༩༩ ནམ་ ༩༩༩ བར་བཞུགས་པ་ལས་  
བུས་པོ།

## ༡༡། །བོད་ཀྱི་བརྩན་མའི་ཐོག་མ་རྩོམ་བྱང་ཆུབ་རྗེའི་རྣམ་ཐར། སྤྲེལ་གཞི།

སྤར་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤྲུ་སེརྟེས་  
རྒྱལ་བསྟན་སྟོལ་བཟང་བཏོད་རྗེས་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐུ་དུས་སུ་སྟོན་པའི་འཁོར་དག་བཅོམ་  
མའི་ནང་ནས་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆོག་ཏུ་ཡུང་བསྟན་ཅིང་། བྱད་མེད་རབ་ཏུ་བྱུང་  
བའི་ཐོག་མ་དང་དག་བཅོམ་མའི་ཐོག་མར་གྱུར་པ་དག་བཅོམ་མ་སྤྱེད་གྲུའི་བདག་མོ་དང་།  
སྟོན་པའི་འཁོར་དག་བཅོམ་མའི་ནང་ནས་དབང་པོའི་སློ་སྤྲོམ་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་ཡུང་བསྟན་པ་  
དག་བཅོམ་མ་གྲགས་འཛིན་མ། བསྟན་ཅ་དམ་ཆོས་འདུལ་བའི་གཞུང་ལས་མ་ཡི་སོ་ཐར་  
སྤེལ་བའི་སྤྲེལ་གཞིའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་། ལུབ་པའི་བཅས་མཆོམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པར་བྱེད་པའི་གཉེན་དུ་གྱུར་པ་དག་བཅོམ་མ་སྤྲོམ་དགའ་མོ། སྟོན་པའི་འཁོར་དག་བཅོམ་  
མའི་ནང་ནས་རྩུ་འབྲུལ་དང་མཐུ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་ཡུང་བསྟན་པ་དགེ་སྦྱོང་མ་ལྷན་  
ལའི་མདོག་ཅན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་འཁོར་དག་བཅོམ་མའི་ནང་ནས་ཆོས་འཆད་པ་  
ལ་མཆོག་ཏུ་ཡུང་བསྟན་པ་དག་བཅོམ་མ་ཆོས་སྤྱིན་མ། གཞན་ཡང་དགེ་སྦྱོང་མ་དཔལ་མོ་  
སོགས་སྟོན་པའི་འཁོར་རྣམ་བཞིའི་ཁོད་ནས་བྱད་མེད་ཀྱི་རབ་བྱུང་གི་རྟེན་ཅན་སྟན་གྲགས་  
མང་དུ་བྱོན་པར་མ་ཟད། དེ་དག་གི་རྣམ་ཐར་ཡང་བྲིན་ལན་བསམ་བཤེས་པའི་མདོ་དང་། འདུལ་  
བ་ཡུང་གཞི་སོགས་སུ་ཞིབ་པར་བྱུང་ཡང་། བོད་དུ་བྱད་མེད་ཀྱི་རབ་བྱུང་མའི་ཐོག་མ་སུ་  
ཡིན་དང་། མཁན་པོ་གང་གི་བྱུང་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་མིན། དེ་དག་གི་མཛད་རྗེས་གང་དག་  
ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཞིབ་གསལ་འཁོད་པའི་དབྱེད་གཞི་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ལ། ད་བར་  
དེའི་ཐད་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་དང་། དབྱེད་རྩོམ་རིགས་ཀྱང་མིག་ལམ་དུ་མ་གྱུར་པས།

པོ་དག་གི་རབ་བྱུང་མའི་ཐོག་མ་འགོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅན་ནམ། རྩོམ་བྱང་རྒྱལ་རྩེའི་རྣམ་  
ཐར་ལ་རགས་ཅམ་དབྱེད་པར་བྱའོ།

ནང་དོན་གནད་བསྟུས། དབྱེད་ཅོམ་འདིར་པོ་དག་གི་བཅུན་མའི་ཐོག་མ་བྱང་རྒྱལ་  
རྩེའི་མཛད་རྣམ་དང་འབྲེལ་ཉེ་རིགས་སྤྲུལ་ཡོད་མེད་དང་། དགེ་རྒྱས་ལི་མ་བྱུག་འདེབས་  
རྒྱལ། དགེ་རྒྱས་ལི་མ་སྤྱིང་དང་། ཁ་འབྲུག་དཔོན། བསམ་ཡས་དབུ་ཅེ་བཅས་ཀྱི་བྲིས་བྱའི་  
ཁ་བྱང་བཅས་ལ་དབྱེད་པ་རགས་ཅམ་རེ་བྱས་ཡོད།

གནད་ཆོག་། རྩོམ་བྱང་རྒྱལ་རྩེ། དགེ་རྒྱས་ལི་མ་སྤྱིང་། ལག་དཔོན། འགོ་བཟའི་  
ཁྱི་རྒྱལ་བྱ་རྒྱུད་། ལྷ་ལྷུ་མ་བསྐྱེད་གསལ། ཅོང་བྲིས།

### ༡༽ མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་དང་མཛད་པ།

ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྤོང་ལྷེ་འུ་བཅན་གྱི་བཅུན་མོ་བྱང་རྒྱལ་སྤོན་གྱི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལ། འགོ་  
བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མང་མོ་བཅན་དང་། འགོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅུན། འགོ་བཟའ་བྱང་རྒྱལ་སྤོན།  
འགོ་བཟའ་བྱང་རྒྱལ་སྤོན། རྩོམ་རྒྱལ་མོ་བཅན། རྩོམ་འགོ་བཟའ་བྱང་རྒྱལ། རྩོམ་བྱང་རྒྱལ་  
རྩེ་ཞེས་སོགས་འབྲི་རྒྱལ་མང་། དེ་ཡང་ཡུལ་ཡུལ་ལྷངས་སུ་འགོ་འཕྲི་འགོ་འབྲི་རྒྱལ་རིགས་སུ་  
འབྱུངས་པས་རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཆ་ནས་འགོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅུན་ནམ་ཕྱིས་རབ་ཏུ་བྱུང་  
བས་བྱང་རྒྱལ་རྩེ་ཞེས་མཆོན་གསལ་ཞིང་། རིགས་ཀྱི་ཆ་ནས་འགོ་དང་འགོ། བཅུན་མོའི་  
ཆ་ནས་བཅན་དང་བཅུན་སོགས་དག་སྤེལ་འབྲི་རྒྱལ་མི་འབྲ་བ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་སྤྱང་ངོ་།

དེ་ལྟར་འགོ་བཟའ་བྱང་རྒྱལ་སྤོན་ནི། ཀུན་མཁྱེན་སྤོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་པས་  
(1308-1364) མཛད་པའི་སྤོང་ཆེན་ཆོས་འབྱུང་ལས<sup>1</sup>། རྒྱལ་པོ་ཉིད་ལ་ཁབ་ཏུ་བཞེས་པའི་

<sup>1</sup> སྤོང་ཆེན་ཆོས་འབྱུང་། བོད་སྤྱིངས་པོ་དག་གི་ཉིད་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། རོག་གྲངས་ ༩༥༥

བཅུན་མོ་ལྷ་ཡོད་པའི་རྩེ་ལོས་མཁར་ཆེན་བཟའ་བཅན་མོ། བྱང་རྩལ་བཅན་མོ་བྱ་བ་  
གཉིས་རབ་ཏུ་བྱུང་ངོ། །མཁར་ཆེན་བཟའ་བཅུན་མོ་ནི་མཆོ་རྒྱལ་ཡིན་ཏེ་མཆིམས་ཤུར་  
གྲུབ་པ་ཐོབ། བྱང་རྩལ་བཅན་མོ་གཡོས་ལ་མཁས་པས་ཆང་མང་གླིང་དུ་དགེ་འདུན་ནམས་  
ཀྱི་ཤུག་ཆང་མ་མཛད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བཅན་པོ་ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་ཕུ་བཅན་གྱིས་བཅུན་མོ་  
ལྷ་ཁབ་ཏུ་བཞེས་པ་ལས། མཆོན་གྱི་འདྲན་རྒྱལ་སོགས་ལ་བརྟགས་ན་འགྲོ་བཟའ་བྱང་  
རྩལ་སྟོན་འདི་ཉིད་ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་ཕུ་བཅན་གྱི་བཅུན་མོ་གསུམ་པ་དེ་མིན་ནམ་སྟུམ།

འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྩལ་སྟོན་དུས་ནམ་ཞིག་སྐྱེ་འབྱུངས་སམ་ཞེ་ན། དེབ་ཐེར་ཁག་ཏུ་  
གསལ་བར་འཁོད་པ་མི་སྣང་ཡང་། གཏེར་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་གླིང་པས་ (1323-?) གཏེར་ནས་  
བཞེས་པའི་བསྐྱབ་བཀའ་ཐང་ལས་ཀྱི།

དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་ལོན་ནས་ཡབ་གཤེགས་ཏེ་

བཙུ་ལྷའི་ལོ་ལ་རྒྱལ་པོར་མངའ་གསོལ་ནས་

བཅུན་མོ་ཆེ་སྒོང་བཟའ་ནི་དམར་རྒྱན་དང་

འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྩལ་སྟོན་གཉིས་ཁབ་ཏུ་བཞེས་

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་ཕུ་བཅན་གྱི་ལོ་ ༡༤༣ ལོར་སྐྱེ་འབྱུངས་ཤིང་།  
དགྲུང་ལོ་བཙུ་ལྷའི་ལོ་ལ་ཞེས་པ་གྱི་ལོ་ ༡༥༦ ལོར་འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྩལ་སྟོན་བཅུན་མོར་  
བཞེས་པར་གསལ་བས། འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྩལ་སྟོན་ཡང་ཆོས་རྒྱལ་དང་སྐྱེ་དུས་མཉམ་པས་  
དགྲུང་ཁྱད་དེ་ཅམ་མེད་པར་སྣང་། འགྲོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅུན་གྱི་འབྱུངས་འདས་ལོ་  
ཆོགས་དང་། ཡབ་ལུམ་གྱི་མཆོན་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་སྒྲ་ཡིག་ལམ་དུ་འཁོད་པ་མ་མཛད་ལ་  
ལ། འདིའི་ཐོག་ད་བར་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་ཡང་བྱུང་མེད་པར་སྣང་ངོ་།

<sup>1</sup> བསྐྱབ་བཀའ་ཐང་། སྤྱི་ཁོར་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༡༩༩༧ ལོ། ཤོག་གངས་ ༣༤༣

དེ་ལྟར་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སྤོང་ལྷོ་བཅན་གྱི་བཅུན་མོ་ལྷའི་ནང་ཆོན་འགྲོ་བཟའ་གྱི་རྒྱལ་  
མོ་བཅུན་ལ་སྤྲེལ་མེད་པས་མཁན་པོ་བོད་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེར་གྲགས་པ་སྤྲ་རྒྱའི་བྱང་ནས་རབ་  
ཏུ་བྱང་ནས་རབ་བྱུང་གི་མཆོན་ལ་བྱང་ཚུབ་རྗེ་ཞེས་གསོལ་ཞིང་། བོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་རབ་ཏུ་  
བྱུང་བའི་ཐོག་མར་གྱུར་པས། དད་ལྡན་དུ་མས་དགའ་སྟོན་ཡང་རྒྱ་ཆེར་བྱས། བཅུན་མོ་  
འདི་ཉིད་ཀུན་ལ་མོས་གྲུས་ཆེ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་ཞིང་ཡོན་ཏན་ལྡན་པར་གྲགས་ལ།  
བྲག་རྗེས་སུ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ལྷགས་རིའི་ཕྱི་རོལ་རུབ་རོལ་སུ་བཅུན་མོ་  
སྤྲོང་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲལ་དགེ་རྒྱས་ལི་མ་སྤྲོང་གི་ལྷ་ཁང་བཞེངས་པར་མ་ཟད། ལྷགས་དམ་  
དགེ་རྒྱས་ལི་མ་སྤྲོང་དང་། ཁ་འབྲུག་གཙུག་ལག་ཁང་གཉིས་སུ་སྤྲེལ་མཆོད་པའི་སྤྲད་དུ་  
རྒྱལ་ཆེན་རེ་བཞེངས་པ་དང་། ལྷག་པར་བཅུན་མོ་འདི་ཉིད་གཡོས་སྦྱར་ལའང་ཤིན་ཏུ་  
མཁས་པས་བསམ་ཡས་སྤྲེལ་སྤྲོང་གི་དུ་བཀའ་བསྟན་སྤྲེལ་མཆོད་པ་པོ་ལོ་རྒྱ་བ་སུམ་  
བརྒྱ་ཅུ་ལ་ཟས་སྤྲེལ་བཅུ་གསུམ་འདྲན་པའི་ལག་དཔོན་མཆོད་པར་མ་ཟད། ཡང་སྟོས་ཆབ་  
སྤྲོད་ལའང་ཤིན་ཏུ་མཁས་པས་འགྲོ་བཟའི་ཁྲིམས་བྱ་ཚུང་ཞེས་པའི་སྟོལ་ཡང་བཏོད་དོ།

དེ་ཡང་སྤྲ་བཞེད་ཞབས་བཏགས་མ་ལས་ཀྱི་བཅན་པོའི་ཞལ་ནས་ཤུག་ཐུབ་པའི་  
བསྟན་པ་ལ་སྤྲེལ་བ་བྱེད་ན་རབ་ཏུ་འབྱུང་དགོས་པ་ཡིན་པས། ད་བཅུན་མོ་སྤྲོད་མ་ཟེན་པ་  
དང་། ཞང་ཆོན་གྱི་བྱ་ཆ་དད་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བྱུང་གཅིག་ཅེས་གསུངས་ནས།  
ཆོན་པོ་ནམས་ན་རེ། རབ་ཏུ་བྱུང་ན་འཆོ་བ་མེད་དོ་མཆིས་པས། བཅན་པོ་ན་རེ། ངས་འཆོ་  
བ་ལྷན་སྤྲོད་ཅིག་གསུངས། ཆོན་པོ་ན་རེ། དམག་དང་ཁལ་མ་བྱས་ན་ཆད་པ་འོང་ངོ་  
ཟེར། དེ་ལ་ངས་ཆབ་འོག་ནས་བདེ་བྱིན་ལ། དབྱའི་མཆོད་གནས་བྱའོ་གསུངས། རྗེ་སྟོད་  
གསུམ་བསྐབ་མི་རུས་ཟེར་ནས། དེ་ལ་དགེ་བ་ཉམས་དང་སྟོབས་ལ་སྦྱོད་ཅིག་ཅེས་བཀའ་  
གནང་ངོ། །

<sup>1</sup> སྤྲ་བཞེད་ཚུགས་བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཀྱིས་མི་རིགས་དཔེ་སྟན་ཁང་། ༡༠༠༩ ལོ། ཤོག་གངས་ ༩༩



དེ་ནས་བྱ་ཏི་ཏ་ཏི་མཆོད་པ་བྱས་པའི་དུས་སུ་རྫོམ་ཅེན་ཁྱི་རྒྱལ་མང་མོ་བཅན་  
དང་། སྤྱ་བཅུན་མོ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་མཁན་པོ་སྤྱ་རྩལ་བྱས། སྤྱིར་སྤུམ་  
བརྒྱ་ཅམ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས། དབུ་ཅེའི་བྱ་འདབ་དང་། མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་བཞེའི་ཅེ་མོ་  
ལྷགས་ཐག་གིས་སྒྲེལ། དེ་ལ་འཕན་མགོ་བཏབ་ཏེ་ནམ་སྤུམ་དར་ལ་གྱིས། ས་གཞི་གསེར་  
པོར་དང་དཔུལ་པོར་གྱིས་བཀང་ནས་ལུལ། བཀའ་ལོ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཆས་ཀྱི་ཁྱིམས་བཅས།  
དེ་ནས་པོ་མིག་མི་དབྱུང་བ་དང་། མོ་སྤྱ་མི་བཅད་པ། མཆོད་ཅན་མི་ཀུམ་པ། སྤྱེ་པོ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་རྗེའི་བཀའ་ཉན་པ། རྗེ་འབངས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དབྱུང་ལྷུང་ལ་  
ལྷག་དང་མཆོད་གནས་བྱ་བ། དེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་བཅན་པོ་ཡབ་སྤྱིས་དང་། སྤྱ་ཆེན་པོ་  
མ་གཏོགས་པས་བློ་བོར་རོ། །ཞེས་བཅན་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྷུང་བཅན་གྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་བ་ལྟར་  
འགྲོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅུན་སོགས་སྤུམ་བརྒྱ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་། ལྷགས་དེར་རབ་བྱུང་གི་  
མཁན་པོ་སྤྱ་རྩལ་མཛད་པ་དང་། བཅན་པོས་དམིགས་བསལ་གཟེགས་སྤྱོད་མཐུན་  
འགྱུར་དཔེ་མཛད་པར་སྤྲང་ངོ་།

གཞན་ཡང་དཔའ་པོ་སྤྱག་ཤམ་རྫོ་རྗེས་གཏེར་ནས་བཏོན་པའི་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་  
ཀྱི་མཛད་ཚུལ་རྣམ་ཐར་གན་པ་མཛོན་སྤྱང་ཏི་ཟའི་སྤྱེ་ཤེང་ལས། དེར་དང་པོ་ཁ་རག་  
གངས་སུ་བཞུགས་པས་ཀྱང་གནས་དེར་སྤྱབ་པའི་སྤྱེ་སྤུམ་བརྒྱ་ཅམ་འདུས་པས་ཀྱང་སྤྱིས་སུ་རྫོ་  
མོའོ་ཁ་རག་ཟེར་བ་བྱུང་ངོ་། གྲུབ་པ་ཐོབ་ཅིང་རྩུ་འཕུལ་སྟོན་རྒྱས་པ་སྤུམ་ཅུ་ཅ་དགུ་བྱུང་  
བས་ཀྱང་དེའི་ནང་ནས་འགྲོ་དོན་རྒྱས་པ་ཉི་ཤུ་མ་རྫོམ་དང་མཉམ་པ་བདུན་བྱུང་སྟེ་འགྲོ་བའི་  
དོན་ཆད་མེད་པ་འགྲུབ་པའོ་། དེ་ནས་རྫོམ་ནང་དུ་བསྐྱབས་པས་ཀྱང་བཅུན་མ་སྟོང་སྤྱག་  
གཅིག་འདུས་པས་ཀྱང་འགྲོ་དོན་རྒྱས་པ་བརྒྱ་རྫོམ་དང་མཉམ་པ་བདུན་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་ལྟ་  
བརྒྱ་བྱུང་སྟེ་མིང་ཡང་རྫོམ་ནང་ཞེས་གྲགས་སོ་། དེ་ནས་གསང་སྤྱགས་ལྷག་པ་ལྷུང་དུ་

<sup>1</sup> མཆོད་རྟེན་པའི་ཆོགས། དཔའ་པོ་སྤྱག་ཤམ་རྫོ་རྗེས་གཏེར་ནས་བཏོན་པ། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེན་མ་དག་གི་རྣམ་  
པར་ཐར་པ་བརྒྱ་དཀར་པོའི་ཐེངས་ཀྱི་ ༡༡ ་ བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཆེད་དཔེ་སྤྱན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། འོག་གངས་ ༤༥

ཁྱེན་ནས་བསྐྱབས་པས་ཆུ་ཁྱེད་ཀྱི་གསུང་མཐུན་པ་ལྟར་ལྟོ་ལྟོ་སྐྱོན་པས་བྱེད་ནས་སྐྱབས་  
 བཅུན་སྟོང་སྐྱབས་ བཅུན་མ་སྟོང་སྐྱབས་གཅིག་དང་བརྒྱ་སྐྱབས་གསུམ་འདུས་པས་དེ་ཐམས་  
 ཅད་གསང་སྐྱབས་བྲམ་མེད་ཀྱིས་སྐྱོན་གྱོལ་ལ་བཞག་ཅིང་ཕྱིར་མི་སྟོག་པ་ཤི་སྐྱབས་ཏུ་གྱུར་  
 ཅིང་གཙང་གི་ལས་ཅན་མི་བདུན་གྱུ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཟེར་བ་བྱུང་། ཁྱད་པར་དུ་དེ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་བཞག་ཆུད་ཀྱི་ཚུལ་ཀྱིས་གདམས་པ་སྟེལ་། རྩོམ་ནང་དུ་སྐྱོན་རྒྱུད་མན་རག་གི་ཚུལ་  
 དུ་སྟེལ་བས་གཞུང་ཚུགས་པ་ཅུག་པ་ལུང་དུ་བྱུང་། གྱུ་ཐོབ་པ་ཁ་རག་དང་རྩོམ་ནང་དུ་  
 མང་བ་བྱུང་བའོ་། ཞེས་བྱུང་བ་ལྟར་བཅུན་མ་སྟོང་སྐྱབས་མང་པོ་བྱུང་བར་སྒྲུང་། དེ་དག་  
 གྲུང་གྱུ་བ་པ་ཐོབ་པ་དང་། འཁོར་ན་ལུས་པ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཁྱེན་པ་ནི་རོ་མཆོང་གི་གནས་  
 ལོ།།

དེ་ལྟར་རྫོམ་བྱང་ཆུབ་རྗེ་ནི་མོད་ཀྱི་བྱད་མེད་རབ་རྩ་བྱུང་བའི་ཐོག་མ་དེ་ཡིན་པ་  
ཡོངས་སུ་གྲགས་པ། འདི་ཉིད་རབ་རྩ་མ་བྱུང་བའི་སྟོན་དུ་བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ཡང་  
བཞེས་ཐོང་བ་སྟེ། གཏེར་ཆེན་ཨོ་ཁྱུན་གླིང་པས་ (1323-?) གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་བརྒྱ་  
བཀའ་ཐང་ལས་ཀྱི།

མཁན་པོས་བསྟན་གནས་སྟོམ་པའི་ཆོ་ག་མཛད་ཅེ།

དེ་ནས་བྲག་དམར་མགོན་བཟང་ཆག་ཤེས་ནས།

རྫོ་མོ་གཉིས་ལ་བསྟེན་གནས་ཆོ་ག་མཛད།

ཅས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱིར་མཐུན་པོ་ནས་གཉིས་ཀྱི་བྱང་ནས་བསྐྱེད་གནས་དང་རབ་  
བྱུང་གི་ཕྱི་མ་པ་བཅས་བཞེས་པར་གསལ་མོད། འོན་ཀྱང་རྩོམ་གྱི་ཆུབ་རྗེས་དག་སྟོང་  
མའི་ཕྱི་མ་པ་བཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེའི་ཐེངས་ཁག་ཏུ་མི་གསལ་ལ། དུས་དེར་བོད་དུ་དག་སྟོང་

<sup>1</sup> བརྒྱ་བཀའ་ཐང་། སི་ཁྲོན་མི་དུག་ས་དཔེ་སྒྲུབ་ཁང་། ༡༩༩༧ ལོ། འོག་གྲངས་ ༣༥༠

2 བསྟུན་གནས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ནི། རྩ་བ་བཞི་དང་ཆང་དང་། གང་ཐོང་སོགས། མལ་ལྷན་ཆེ་མཐོ། ལྷོ་འོ་ཁ་ཟས་ཏེ་ཡན་ལག་  
བཞི་བཅས་ཉིན་ཞག་གཅིག་སྟོང་བར་ཁས་སྒྲུངས་པའི་སོ་ཐར་གྱི་ཚུལ་ལ་ལ་ཐེང་རྟོ།།



སྤྱུགས་དམ་དགེ་བ་རྒྱས་པའི་ལྷ་ཁང་ནི།

སྤྱུགས་དང་སྤྱུགས་མོ་མི་མངའ་བོག་གཅིག་མཛེས་པ།

སོ་པག་ཁྱོ་རྒྱས་ལེགས་པར་སྤྱད་བྱས་བཞེངས་པ།

ཞེས་སྤྱུགས་དང་སྤྱུགས་མོ་གང་ཡང་མེད་པ་གསལ་བར་གསུངས་ཀྱང་། འབྲོ་བཟའ་རང་གིས་  
བཞེངས་པའི་དགེ་རྒྱས་ལི་མ་གླིང་གི་དེལ་བྱའི་ཁ་ཡིག་ལས།

རྩོམ་སྐུལ་མོ་བཅུན་ཡུམ། སྤྱུགས་ཀྱིས་ཕྱོགས་བཅུ་ལྔ།

དགོན་མཆོག་གསུམ་གཤམ། མཆོད་པའི་སྤྱད་དུ་ཚོང་། འདི་བགྱིས་ཏེ།

ཞེས་འབྲོ་བཟའ་ཁྱོ་རྒྱས་མོ་བཅུན་ལ་སྤྱུགས་ཡོད་ཚུལ་གསལ་བར་བྱང་མོད། གོང་བཞོད་ལོ་  
རྒྱུས་ཀྱི་དེབ་ཐེང་དེ་དག་གིས་མཆོན་པལ་མོ་ཆེར་སྤྱུགས་སྤྱུགས་གང་ཡང་མེད་པར་གསལ་  
བས་དབྱེད་དགོས་པར་སྤྱད་སྟེ། དེ་ཡང་འབྲོ་བཟའ་ཁྱོ་རྒྱས་མོ་བཅུན་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་གོང་  
སྤྱུགས་གཅིག་ཡོད་ཚུལ་གསལ་བར་བྱང་བ་ལྟར། བསྐྱེད་བཀའ་ཐང་ནང་ལྷ་ལྷམ་བསྐྱེད་གསལ་  
ལུང་བསྐྱེད་པའི་ལེའུ་བཅུ་དགུ་པར་ལྷ་ལྷམ་བསྐྱེད་གསལ་གྱི་སྤྱུ་སྤྱེ་སྤོན་མ་གང་དག་ཏུ་སྤྱུ་  
འབྱུངས་པ་དང་། སྤྱུ་སྤྱེ་སྤོན་མ་གང་དག་ཏུ་འབྱུངས་པར་འབྱུང་བའི་ལུང་བསྐྱེད་ཞིབ་པར་  
གསལ་ཡང་། སྤྱུ་སྤྱེ་འདི་ཉིད་ལུམ་གང་ལས་འབྱུངས་པ་གསལ་བར་མི་སྤྱད་ཡང་། ལགོང་  
ས་ལུ་བ་ཆེན་པོས་ (1617-1682) མཛོད་པའི་འབྱུང་མེད་གླིང་བ་བཅུ་གཅིག་གི་ནང་ཆོན་  
རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་གསུང་གི་སྤྱུལ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྩོམ་སྐུལ་པའི་སྤྱུ་སྤྱེ་  
གྱི་སྤོན་ལམ་བཅུན་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལས་།

ཁྱོ་སྤོན་རིགས་སྤྱུ་སྤྱེ་ལྷ་ལྷམ་བསྐྱེད་གསལ། །

ཐབ་གཏེར་སྤོ་འབྲེད་དོན་དུ་ལས་བྲེལ་ཅལ། །

སྤོང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་པད་གླིང་སོགས། །

<sup>1</sup> དག་དབང་སྤོ་བཟའ་རྒྱ་མཆོད་གསུང་འབྱུམ། ༡༩༩༩ གྱུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྤྱད་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། སོག་ ༤༠



དཔོན་ཆེན་པོས་འདུལ་ཁ་པའི་མཆོས་སྤྱོད་སྤོངས་སྤྱུལ། ཞེས་ཁྱི་སྤོང་ལྟུང་བཅན་གྱི་  
སྤྲུལ་མོ་ལྟ་ལྟས་བརྒྱ་གསལ་ནི། འཕྲོ་བཟའ་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་གྱི་སྤྲུལ་མོར་འཁྱུངས་བར་མ་  
ཟད། སྤྱོད་སྤོང་གྱི་མཛད་པ་བཅས་ཞལ་གསལ་དུ་བྱུང་ལ། དེ་བཞིན་བདུད་འཛོམས་  
འཛིགས་བྲལ་ཡི་ཤེས་རྟོག་རྟོག་ (1904-1987/1988) མཛད་པའི་གངས་ལྷོངས་རྒྱལ་བསྟན་  
ཡོངས་རྟོགས་གྱི་ཕྱི་མོ་སྤྱོད་འགྱུར་རྟོག་རྟོག་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རི་ལྟར་བྱུང་བའི་ཆུ་  
དག་ཅིང་གསལ་བར་བཛོད་པ་ལྟ་དབང་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་རྩ་བོ་ཆེའི་སྤྱོད་འགྱུར་ལས་  
འགྱུར། མངའ་བདག་གི་བཅུན་མོ་འཕྲོ་བཟའ་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལས་འཁྱུངས་པ་ལྟ་ལྟས་བརྒྱ་  
གསལ་ལོ་བརྒྱད་ལོན་པ་ཞིག་ཆེའི་དུས་བྱས་བར་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ལྟ་དཔེ་གྱིས་དུབ་པ་བསལ་  
བའི་ཕྱིར། མཆོས་སྤྱོད་སྤོངས་གྱི་བྱང་པའི་སྤྱོད་གང་མཆོད་གྱིས་ཡི་གེ་ཐོག་གཅིག་གིས།  
ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ལྷགས་ཀྱུ་ཆོན་པོས་རྣམ་ཤེས་བཀྲལ་བས། མིག་ལྟ་ཞིང་སྤྱོད་པར་གྱུར་  
པའི་ཆོ། མན་དག་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱོད་ཉིག་གིན་རྒྱལ་པོ་འཕྲོ་བཟའ་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལས་གདམས་ནས་  
སྤྱོད་པ་ཕྱི་མའི་ཆོས་སྤྱོད་དུ་དབང་བསྐྱུར། ཟབ་མོའི་གཉེར་དུ་བཅས་པ་ཕྱིས་བརྒྱ་ལས་  
འབྲེལ་ཅལ་གྱིས་བཏོན་པའི་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱོད་ཉིག་ཏུ་གྲགས་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་  
སྤོང་ཆེན་པ་ལ་བཀའ་བབས་པའི་ཟབ་ཆོས་ཏེ། འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟོགས་ཅན་འོག་ཏུ་འཆད་  
བར་འགྱུར། ཞེས་གསལ་བ་ལྟར། དེགས་སྤྱོད་སྤོངས་བརྒྱ་གསལ་ནི། ཡབ་ཁྱི་སྤོང་ལྟུང་  
བཅན་དང་། ཡུལ་འཕྲོ་བཟའ་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་སྤྲུལ་མོར་སྤྱོད་འགྱུར་ལས་ཤིང་། ཆུང་  
དུས་ནས་སྤོང་དཔོན་ཆེན་པོ་སོགས་པའི་བྱུང་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་མཛལ་ཞིང་གིན་རྒྱལ་པོ་  
དབང་བསྐྱུར་ཐོབ། དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ལ་སོན་པའི་ཆོན་གཤེགས་པར་གསལ་བའི་སྤྲུལ་མོ་  
དེ་ནི་འཕྲོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅུན་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་སྤོང་དུ་འཁྱུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གོར་མ་  
ཆག་གོ།

<sup>1</sup> སྤྱོད་འགྱུར་ལོ་རྒྱུས་ཆོས་འབྲུང་། ཤིང་དཔར་དཔེ་རིང་། ཤོག་གངས་ ༡༡༤བལ

## ག། དགེ་རྒྱུ་ལི་མ་སྤྱི་བྱུ་འདེབས་ཚུལ།

དེ་ཡང་གཏེར་ཆེན་ཨོ་རྒྱུ་སྤྱི་བས་ (1323-?) གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་རྒྱལ་པོ་བཀའ་ཐང་  
ལས་<sup>1</sup>

ཁམས་གསུམ་ཐངས་ཁང་དགའ་ལྷན་གསེར་ཁང་དང་།

བྱེ་མ་སྤྱི་དང་ཇོ་མོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་

བྱུ་ཏུ་གཏད་ནས་དཀོར་མཛོད་ཀྱན་རྣམས་འགོངས་།

ཞེས་དང་། བསྐྱ་བཀའ་ཐང་ལས་ཀྱང་།

ཇོ་མོ་གསུམ་གྱིས་སྤྱགས་དམ་བཞེངས་པ་ལ་།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཅུན་མོ་སྤྱི་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲལ་འགོ་བཟའ་བྱང་ཚུབ་སྟོན་གྱིས་བྱུ་  
བཏབ་པའི་དགེ་རྒྱུ་བྱེ་མ་སྤྱི་ནི། བཞེངས་ཡུལ་བྱེ་མའི་དབྱས་སུ་བཞེངས་པས་བྱེ་མ་  
སྤྱི་དང་། རང་རྟེན་དུ་སངས་རྒྱུ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་གཙོ་འཁོར་བདུན་སྟུ་རྒྱ་ལི་མ་ལས་  
བཞེངས་ཏེ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བས་དགེ་རྒྱུ་ལི་མ་སྤྱི་ཞེས་མཚན་ཐོགས། དེ་ཡང་སྟུ་  
རྟེན་ལི་མ་རྣམས་ཁ་ཤའི་ལྷ་རིགས་གྱིས་བཞེངས་པའི་ལི་མ་ཡིན་པར་གྲགས་ཏེ། ཀུན་  
མཁྱེན་བསྐྱ་དཀར་པོས་ (1527-1592) མཛོད་པའི་ལི་མ་བཞུགས་པའི་རབ་བྱེད་སྟུ་བ་འདོད་  
པའི་ཁ་རྒྱུ་ལས་<sup>2</sup>

ཁ་ཤའི་ཞེས་པ་ལི་ཡུལ་དག་གི་མིང་། །

ལྷ་རིགས་ཚོས་ལི་སྟུ་མ་དག་དང་མཚུངས། །

<sup>1</sup> བཀའ་ཐང་སྟེ་ལྷ། བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། ༢༠༡༡ ལོ། སྟོན་གྲངས་ ༡༩༡

<sup>2</sup> བསྐྱ་དཀར་པོའི་གསུང་འབུམ། རྟོན་ཆ། འཛམ་གླིང་དཔེ་རིང་། སྟོན་གྲངས་ ༤༣

བསམ་ཡས་དགོ་རྒྱས་ཀྱི་ལྷ་དང་། གཡུ་རུ་ཁ་འབྲུག་གི་ལྷ་རྣམས་དེ་ནས་ཐེབས་པར་  
བཤད་པས་སོ། །ཞེས་ཡིག་རྒྱུད་དུ་གསལ་བ་ལྟར་དང་། ཡར་ཇེ་ཨོ་རྒྱན་སྒྲིང་པས་ (1323-  
?) གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་བཅུན་མོ་བཀའ་ཐང་ལས་<sup>1</sup>

ཐ་དམར་རྒྱན་གྱིས་ཁམས་གསུམ་ཐངས་ཁང་བཞེངས་ཤིང་།

འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྒྱུ་སྒྲིམ་པས་དགོ་རྒྱས་བཞེངས་ཤིང་།

མོ་རྒྱུད་རྒྱལ་མོ་བཅུན་གྱིས་བྱ་ཆའ་གསེར་ཁང་བཞེངས་ཤིང་།

ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་གཏེར་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་སྒྲིང་པས་ (1323-?) གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་བརྒྱ་  
བཀའ་ཐང་ལས་<sup>2</sup>ཀྱང་།

དགོ་རྒྱས་འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྒྱུ་མ་ཡིས་བཞེངས་ཤིང་།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་། འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྒྱུ་སྒྲིམ་གྱིས་ཐུགས་དམ་དགོ་རྒྱས་ལི་མ་སྒྲིང་གི་  
གཅུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པའི་བཀོད་དབྱིབས་དང་། ཐོག་ཅིག་རྩེ་ཡོད། སྐྱ་བཏེན་གང་དག་  
བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་དང་། རྒྱ་གང་ལས་བཞེངས་པ། ལོགས་བྲིས་སུ་རི་མོ་གང་དག་  
བཀོད་བ་སོགས་ནི། རྒྱལ་པོ་བཀའ་ཐང་ལས་<sup>3</sup> རྒྱལ་པོའི་རྩོམ་འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྒྱུ་གྱིས་ཤིང་།  
ཐུགས་དམ་དགོ་རྒྱས་གཅུག་ལག་བཞེངས་པ་ནི་ལྷ་སྤྲུལ་མི་མངའ་ལྷ་ཁང་ཆེན་ཐོག་  
བཞེངས་ཤིང་། སོ་པག་རྩོམ་གཉིས་ཀྱིས་ཅིག་པ་བྱས་ཤིང་། རྒྱ་ཐེབས་བཟོ་ནི་ཁྱུང་མ་ཁ་རུ་བྱས་ཤིང་།  
རྣམ་སྤྲང་གཙོ་མཛད་ལྷ་ཆོགས་ལུགས་མ་བདུན་གཙོ་མོ་མཛོད་སྤྲུང་མེའུལ་འཛོད་འབར་  
བཅུག་ཤིང་། མདུན་གྱི་གདུང་ལ་ཁོར་བྱ་ཡོད་ལེགས་བཏགས་ཤིང་། མར་མེ་མི་དགོས་ཉིན་མོ་བཞེན་  
དུ་གསལ་ཤིང་། ཁྱུང་འཕགས་དེ་གསུམ་པོད་ཁམས་གཞན་ན་མེད་ལྟེ་བའི་རི་མོར་བཟང་པོ་  
སྒྲིང་བ་བྲིས་ཤིང་། སྒྲོར་ཁང་རི་མོ་ནང་དུ་གཞུགས་པ་ལས་འཇམ་དཔལ་ལི་རྩ་བྱི་གཉིས་སྒྲིང་བ་

<sup>1</sup> བཀའ་ཐང་རྒྱེ་ལྡན། བོད་རྒྱུང་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༡ ལོ། འོག་གྲངས་ ༡༩༠

<sup>2</sup> བརྒྱ་བཀའ་ཐང་། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༡༩༩༦ ལོ། འོག་གྲངས་ ༣༩༢

<sup>3</sup> བཀའ་ཐང་རྒྱེ་ལྡན། བོད་རྒྱུང་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༡ ལོ། འོག་གྲངས་ ༡༡༠



དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་བྱམས་པ་སྐྱེད་པ་གིས་ཞོར་བཟང་ལེན་ཅུང་ཤོས་ཆང་བར་  
 གིས་ཅམ་སྤང་བཟང་སྤྱད་རྡོ་མའི་སྤྱན་ལམ་གིས་སྒྲོར་ཁང་ཕྱི་རུ་གཟིགས་པའི་རི་མོ་ནི་  
 བྲག་རྡོར་དཀྱིལ་འཁོར་ཞང་སྒོམ་མིང་སྤིང་དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་མིང་སྤིང་བྲག་  
 རྡོ་དང་། གུན་རུ་བཟང་པོའི་ཞིང་ཁམས་རྒྱས་པར་གིས་ཁམས་ལ་རི་མོར་སངས་རྒྱས་  
 སྤྱང་ཅ་གིས་ཡ་ཐོག་རིང་མོ་མ་ཐོག་རིང་པོ་དང་། བར་གྱི་བྲག་པ་བཙུ་བརྒྱད་རྡོགས་པར་  
 གིས་ཆོས་སྤྱོད་སྤང་མ་མགོན་པོ་ལུས་བཟང་དང་། འབྲི་མགོ་ཅན་དང་ལུ་ལིང་ཀ་ལ་གཏད་  
 མཆོད་རྟེན་གོང་མ་མིག་དམར་གཟུང་བ་གཏད་མཆོད་རྟེན་འོག་མ་པ་བ་སངས་ལ་གཏད་  
 ཡོན་ཆབ་ཁོན་པ་སྐྱེ་ལ་གཉེར་གཏད་བྱས་དེ་ལྟར་སྤྱགས་དམ་དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་ལ་  
 བཀོད་པས་བྲད་འཕགས་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་བཞུགས་དཀར་ཆག་ཆེ་འབྲིང་རྒྱང་  
 གསུམ་བཀོད་པ་ཡིན་ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་གཉེར་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་སྤྱིང་པས་ (1323-?)  
 གཉེར་ནས་བཞེས་པའི་བསྐྱེད་བཀའ་ཐང་ལས་ཀྱི་འགྲོ་བཟང་བྱང་རྒྱལ་རྗེ་ཡི་བཙུན་མོ་ཡི་  
 སྤྱགས་དམ་དགེ་བ་རྒྱས་པའི་ལྟ་ཁང་ནི་སྤྱས་དང་སྤྱས་མོ་མི་མངའ་ཐོག་གཅིག་མ་མོ་  
 བག་ཁོ་རྒྱས་ལེགས་པར་སྤྱར་བྱས་བཞེངས་སྤྱང་བ་མཐའ་ཡས་གཙོ་མཛད་སྤྱགས་མ་  
 བདུན་འཇམ་དབྱངས་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་གུན་རུ་བཟང་། སྤྱན་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་ནི་  
 སེམས་དཔའ་བཞེ་ཁོ་རྒྱལ་བྲག་ན་རྡོ་རྗེ་མི་གཡོ་མགོན་ལྟེར་ཆོ་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་  
 བྱམས་པ་སྤྱེ་དེ་ལྟར་གཙོ་འཁོར་ནམ་པ་དགུ་བཞུགས་སོ་སྤྱེ་བའི་སྤྱ་གདོང་གཉིས་ལ་  
 རྒྱད་རིས་ནི་གཡས་ན་དམ་པ་རིགས་བརྒྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་། གཡོན་ན་བསྐྱབ་པ་  
 བཀའ་བརྒྱད་པོ་བར་གིས་བསྒྲོར་ཁང་ཞལ་ནི་ཕྱི་རུ་ལྟ་བ་ལ་རིགས་ལྟའི་སྤྱེ་རྒྱད་པོ་དུ་  
 ཆོས་བྱང་རྒྱལ་པོ་པའ་གཏན་བྱངས་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱར་རྒྱལ་དང་། ཆོས་ཁྱིམས་བསྐྱམས་  
 རྒྱལ་པོ་རྒྱ་བསྐྱབས་པའི་རྒྱལ་པོ་མཛད་རྒྱལ་དང་། ཐོན་ཆོས་བྱུང་མཐའ་

<sup>1</sup> བརྒྱ་བཀའ་ཐང་། སི་ཁྲོན་མི་དུག་ས་དཔེ་སྤྱད་ཁང་། ༡༩༩༧ ལོ། འོག་གངས་ ༥༣༩

འགགས་རེས་བྱས་པའི་ཚུལ་། བོན་བསྐྱབས་ཆོས་ལ་དག་ཐེར་བྱེད་ལུགས་དང་། བེ་རོ་ཙ་  
ན་ནམ་སྒྲིང་ནམ་ཐར་གྱིས་། ལྷེ་བའི་བྱེད་ནི་མན་ཆད་མ་གྱིས་སོ་། བསྐྱོར་ཁང་ཞལ་ནི་ནང་  
དུ་གཟེགས་པ་ལ་། ལུ་རྒྱན་བསྐྱའི་ནམ་ཐར་འདི་ཉིད་དང་། གསང་སྤྲུགས་བོད་དུ་འགྱུར་  
ཆད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་། དཀྱིལ་འཁོར་སྒོ་རྩོགས་ལྷ་དང་བཅས་པ་གྱིས་། ཞེས་གསལ་བར་བྱུང་  
བ་ལྟར་རོ།

གཞན་ཡང་སྤྲ་བཞེད་ཞབས་བཏགས་མ་ལས་༥ རྩོ་མོ་ལྷ་ཁབ་དུ་བཞེས་པ་ལས།  
མཆིམས་བཟའ་ལྷ་མོ་བཅན་དང་། མཁར་ཆེན་བཟའ་འཆོ་རྒྱལ་གཉིས་གྲུབ་པ་མཛད་པས་  
ཕྱག་རིས་མེད། འབྲོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་ཡང་མོ་བཅན་རབ་དུ་བྱུང་བའི་མཆོན། བྱང་རྩལ་རྩེར་  
གསོལ་བའི་ཕྱག་རིས། དགོ་རྒྱས་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ལགས་ཏེ། སྤང་བ་མཐའ་ཡས་གཙོ་  
བོ་མཛད་པ་དང་། གཙོ་འཁོར་དགྲུར་མཛད་པ་ལུགས་སྟོད་དུ་བཏབ་ནས་སྤྱན་དངས་པས།  
གཉིས་ཆབ་ལ་ཤོར། འཁོར་དུག་པོ་གཡས་ན་རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་གཡོན་ན་སངས་  
རྒྱས་སྤྱན་གྱི་ལྷ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱན་དུ་བཟང་བོ། མི་གཡོ་བ་མགོན་པོ་བཞུགས་སུ་  
གསོལ། སྤས་མི་མངའ་བས་པ་མིང་གི་འབྲོ་ཡུལ་ཐག་རིང་། བྱིས་གསོ་མི་ཡོང་འོང་མཆིས་  
ནས། ལྷ་ལུགས་མར་མཛད། ཅིགས་པ་སོ་པག་ཞེད་རྩུ་སྤྱར། ཟངས་ཀྱི་ཐོག་བསྐྱལ།  
རོལ་མོར་འགྲན་བཟང་བཞིག་པའི་ཙོང་འཆིང་ཕུའི་རྩེ་ལ་སྤྱལ་བ་དེ་ཡིན་གསུང་ཙོང་  
བཏགས། སྤང་བར་རིན་ཆེན་མར་གད། ཨ་མི་དེ་བའི་དབྱལ་བར་འཕྲ་བཏབ་བོ།

རྩོ་མོ་ཆེ་སྟོང་བཟའ་མེ་ཏོག་སྟོན་ལ་སྤས་མངའ་བས་ཁམས་གསུམ་ཟང་ཁང་གི་  
གཙུག་ལག་ཁང་། ཡབ་ཀྱི་དབུ་ཅེ་ལ་དཔེ་བླངས་ནས་བཞེངས་སུ་གསོལ། མོ་ཡོང་བཟའ་  
རྒྱལ་མོ་བཙུན་རྒྱལ་པོའི་ཡུམ་ཆེ་འཕྲོས་པར་སྟོབ་དཔོན་གྱི་ཡུང་བསྟན་པས་ཁབ་དུ་བཞེས་  
ནས་ལན་པར་གསོལ་བས་ཁབ་དུ་དེ་ལ་ལྷ་ལྷུ་ལས་མི་མངའ་བས། ལྷ་ཁང་ཉིས་ཐོག་དུ་

<sup>1</sup> སྤྲ་བཞེད་ཚུགས་བསྐྱེགས། བདེ་སྦྱིད་ཀྱིས་བསྐྱེགས། མི་རིགས་དཔེ་སྤྱན་ཁང་། ༡༠༠༩ ལོ། ཤོག་གངས་ ༤༠

གནང་བས་དབུ་ཆལ་གསེར་ཁང་ནི་རྩེ་དབྱིངས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བཞེངས་སུ་  
གསོལ། །ཞེས་སྤྲ་གསལ་སྤྲང་གི་བཞེད་པ་དང་། ཆོས་འབྱུང་གི་ཡི་གེ་ཞེས་མོ་༥ བཀའ་  
ཐང་ཕྱེ་ལ། བརྒྱ་བཀའ་ཐང་བཅས་སུ་མངའ་བདག་ཆངས་པ་ལྷ་ཡི་མེ་ཉླ་གཙོ་ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་  
སྲོང་ལྷེ་འུ་བཙན་གྱི་བཙུན་མོ་ལྷ་ཁབ་དུ་བཞེས་པ་བཙུན་མོ་མོ་མོའི་ཕྱག་རིས་ནམས་  
གསལ་བ་ལས། འབྲོ་བཟའ་ཁྲི་རྒྱལ་མོ་བཙུན་རབ་དུ་བྱུང་ཞིང་། ཕྱག་རིས་སུ་དགོ་རྒྱས་ལི་  
མ་གླིང་ཕྱག་བཏབ་པ་དང་། རོལ་མོའི་སྤྱི་ཡི་མཆོད་པའི་སྤྲད་ཅིང་ཆེན་གསར་བཞེངས་  
མཛད་ཚུལ་གཅིག་མཚུངས་སུ་གསལ་ལ། དགོ་རྒྱས་ལི་མ་གླིང་གི་ལྷ་ཁབ་གསར་བཞེངས་  
ལེགས་གྲུབ་ཟིན་མཆོམས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དང་། སློབ་དཔོན་བརྒྱ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་  
རབ་གནས་མཛད་སྐབས་མཆོན་ལྷས་བཟང་པོ་བྱུང་བ་ཡང་། གཏེར་ཆེན་ཨོ་རྒྱལ་གླིང་  
བས་ (1323-?) གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་བརྒྱ་བཀའ་ཐང་ལས་༥

རྩོམ་གླིང་གསུམ་མེ་ཉླ་གཙོ་ཆོས་འཁོར་བའི་ཆེ་

ཡ་མཆོན་མད་དུ་བྱུང་བའི་ལྷས་བཟང་དང་

ལྷ་ཁབ་ཐམས་ཅད་འོད་ཀྱིས་གང་བ་བྱུང་

བརྒྱའི་སྲོང་པོ་སྒྲིམ་པ་ཀུན་གྱིས་མཐོང་

ཞེས་གསལ་བ་ལྷར་ཀུན་གྱི་སྟོན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡ་མཆོན་མད་བྱུང་གི་མཆོན་ལྷས་མང་  
དུ་བྱུང་ངོ་།

མདོར་ན། ལྷ་མ་དམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ (1312-1375) ཀྱིས་མཛད་པའི་  
རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་འོང་ལས་༥ བཙུན་མོ་གླིང་གསུམ་ནི། འབྲོ་བཟའ་བྱང་ཆུབ་སྟོན་

<sup>1</sup> ལྷ་བཞེད་ཚུགས་བསྐྱེགས། བདེ་སྦྱིད་ཀྱིས་བསྐྱེགས། མི་རིགས་དཔེ་སྤྲད་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། འོག་གངས་ ༡༣༡

<sup>2</sup> ལྷ་བཞེད་ཚུགས་བསྐྱེགས། བདེ་སྦྱིད་ཀྱིས་བསྐྱེགས། མི་རིགས་དཔེ་སྤྲད་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། འོག་གངས་ ༡༤༤

<sup>3</sup> བརྒྱ་བཀའ་ཐང་། སེ་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲད་ཁང་། ༡༩༩༢ ལོ། འོག་གངས་ ༣༡༦

<sup>4</sup> རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་འོང་། མི་རིགས་དཔེ་སྤྲད་ཁང་། ༢༠༡༥ ལོ། བར་ཐངས་བཙུ་གཉིས་པ། འོག་ ༢༢༠

གྲིས་དགེ་རྒྱས་ཤེ་མ་གླིང་བཞེངས་ཏེ། སངས་རྒྱས་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་གཙོ་འཁོར་བདུན་  
ལི་མ་རུ་བཞེངས། གཡས་ན་རིགས་གསུམ་མགོན་པོ། གཡོན་ན་སྤོན་གྱི་ཟ། ཀུན་རུ་  
བཟང་པོ། མི་གཡོ་བ་རྣམས་བཞུགས། སྤས་མེད་པ་མིང་ཐག་རིང་བས། མ་འོངས་པའི་  
དུས་སྤྱ་ལྷ་ཁང་ལ་ཞིག་རལ་བྱུང་ན། གསོ་མཁན་མ་བྱུང་དོགས་ནས། ཅིག་པ་སོ་ཕག་ལ་  
ཞ་ཉེའི་རྒྱུ་སྤྱར། ཟངས་ཀྲིས་ཐོག་ཕུབ། རིལ་མོར་ཅིང་བཏགས། མར་མེའི་ཆབ་རྩ་ལོར་  
བུ་འོད་ཁ་གདུང་མར་བཏགས། ཡོན་ཆབ་རྩ་ཁོན་པ་བཙས་སོ། །ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་རོ།

དེ་ལྟའི་དགེ་རྒྱས་ལི་མ་གླིང་ཕྱག་བཏབ་ནས་རྒྱན་རིང་སོང་རྗེས་ཉམས་གསོ་རི་  
ལྟར་མཛད་པ་ནི། བཤད་སྤྱ་གྲུང་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་པོས་ (1795-1864) བཅམས་པའི་རབ་  
འབྲམས་དག་པའི་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་ཀུན་ཚང་དཔལ་ལུགས་གསུམ་མི་འབྱུར་རྒྱན་གྱིས་  
གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཙས་པའི་ལེགས་གསོའི་སྤྱི་ཞུ་རི་ལྟར་  
བསྐྱབས་པའི་རྒྱལ་གྱི་ཁྱད་པར་བརྗོད་པའི་དཀར་ཆག་སྤལ་བཟང་དད་པའི་སློ་འབྱེད་རོ་  
མཆར་རྒྱ་མཆོའི་ལྷེ་མིག་ལས་<sup>1</sup> འགྲོ་བཟའ་བྱང་རྒྱལ་སྤོན་གྱིས་བཞེངས་པའི་དགེ་རྒྱས་ལི་  
མ་གླིང་གི་རྒྱལ་སློ་ཤར་བལྟའི་མཆོར་ཀ་གཉིས་ཀ་འགྲོགས་འདེགས་དང་། གཡས་གཡོན་  
ཅིག་སྤྱབས་དང་སྤྱར་ཀ་མཆལ་ཅི་མ་གསར་བསྐྱེད། ལྷེབས་ཞལ་ལ་ཞེད་རིས་དར་ཤམ་  
ཐོག་རྒྱལ་ཆེན་བཞེ་དང་། དཔལ་མགོན་མ་ཞིང་། སྤྱི་གསུམ་དབང་མོ་རྣམས་ཀྱི་གྲིས་སྤྱ་  
དང་། གཟན་ལེན་ཤིང་ཁ་གླིང་བཞེ་རུ་བཙས་མཆལ་ཀ་གདུང་མཐིང་མེ་ཏོག་སྤོན་རིས་སློ་  
མཆལ་ཅི་ཁ་ཤི་ཐེ་རིས་སོགས་ཆོན་རྩོགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་བཀ་བ། ལྷེད་སྤྱ་གཉེར་སྤྱོད་ཁང་  
ལུ་གང་མ་ཤར་སྤེ་ཁྱད་གླིང་ལྷ་དང་། སློ་རུབ་བལྟ་རུ་མེ་མཛོ་དཀྱི་འབྱར་བ། ལྷེར་ཁོར་  
ས་ཁོར་ལུག་གི་ལྷེད་མདུན་སྤོན་བད། རྒྱལ་སློར་སྤོན་ཆབ་རྩོ་ཅིག་རྣམ་ལ་ཅིག་དཔངས་  
སྤར་བ་དང་། བད་ཕུར། ཁ་ཤིང་གཡམ་བད་བཙས་གསར་བརྗེས། རང་བྱམས་ཀ་བ་བཞེ་

<sup>1</sup> བསམ་ཡས་དཀར་ཆག་དད་པའི་སློ་འབྱེད། བོད་སྤྱོད་པོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་། ༢༠༠༠ ལོ། ཤོག་ ༢༣༠

བཅུ་ཞེ་བཞིའི་ས་ཐོག་བཤུས་ཀྱི་བྲལ་ལྷམ་ཀ་གདུང་རུལ་ཆག་སོང་རིགས་གསར་བརྗེས་  
དང་། ཀ་གདུང་སེར་ལྷན་སྤྲིན་རིས། བྲལ་ལྷམ་སྤང་བཅུག །ལྷེབས་ཞལ་སེར་ལྷན་ཐིག་  
བསྐངས་ཐོག་མཆའ་བཅད་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོང་སྒྲ། མཐེལ་ཐོག་གི་ཞལ་བ་དང་། ཉ་རྒྱབ་ཆང་  
མ་ཨར་བཅགས་རུང་། གཅང་ཁང་ལྟེ་བའི་ཕྱིའི་རྫོ་ཅིག་པད་གདན་མ་སྤ་བརྟན་ཁོར་ཡུག་  
དང་། ཐོག་གདུང་ཤིང་བཅིགས་པལ་ཆེར་རུལ་ཆག་ཏུ་སོང་བ་གསར་བསྐྱུན། ཉང་བྱམས་  
གཡས་གཡོན་དུ་ལོ་བཤ་དང་རིགས་ལྷའི་བྱུང་རྒྱུད་བཟང་ཆོན་གྱིས་བཟ་བ། སྟོ་ཕྱི་ནང་གི་  
ཐོད་གདུང་གཞི་མཐིང་གསེར་ཤོག་གི་ལ་རྩ་མ་སོགས་ཤིང་ཆོན་དང་། སྟོ་ཐོད་ལྷེབས་ཞལ་  
ལ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་བྲིས་སྒྲ་བཅུ་པག་ཕྱེད་གཉིས་སྟོར་ཁང་ནང་ལྷེབས་ཞལ་ཁ་ཕྱི་ལྷས་  
སུ་སྤན་ལྷ་མཆོད་བདུན་དང་། སེལྷེ་སྒྲ། ཆོ་དཔག་མེད་བཅས་སྒྲ་ཤ་གང་གསེར་ཅན་དང་།  
ནང་བལྟས་ལ་གྲུ་རུའི་རྣམ་ཐར་རྒྱས་བ་བཅས་ཆོན་རྫོགས་གྱིས་མཛེས་བ། ལྷེབས་རིས་  
བྱིངས་ལ་ཉམས་གསོས། ལྟེང་རྒྱ་བུབས་གཡུ་ཅི་རྩ་བར་གོག་སྟོན་ལྷ་གྲུ་ཆེ་བར་རྩ་བག་  
ཅི་ལྷན་ལྷ་བསྐྱེགས་ཀྱི་ཉམས་གསོས་གཡུ་འོད་ཀྱི་ལང་ཆོ་འབར་བ་དང་། ལུར་ལོགས་སུ་  
ཀུན་བཟང་རོལ་མའི་མཆོད་རྒྱན་སྟོ་བའི་ལྷེ་སྒྲལ་ཟངས་ལེབ་གྱིས་མཆོན་པའི་བྲིལ་རྒྱན་ཉི་  
ཤུ་ཅ་བཞི། ཁོར་ས་ཕྱིའི་མདུན་ལུར་བཞེ་ལ་དེ་མཆུངས་བཞི། ཅེར་མཛོད་ལྷན་ལ་གོག་  
བཅོས་གསེར་གསོལ་ཐོག་ནང་གཟུངས་གསར་འབྱལ་དང་། བན་རྒྱན་དུ་གསེར་ཟངས་ཀྱི་  
ནོར་བུ་འབར་བ་ཁྱུ་ཕྱེད་དོ་རེ་ཡོད་ཆ་གཅིག་གསར་བཞེངས། ཁོར་ས་ཕྱི་མའི་སྟོ། ལུབ།  
བྱང་གསུམ་བྱེ་ཐང་དང་ཁད་ཉི་བའི་ཆོག་པ་པལ་ཆེར་བྱེ་ནོན་དུ་སོང་བ་ད་ལམ་དཔངས་སུ་  
ཐོག་ཆོད་ཕྱེད་གཉིས་དང་། ཞེང་རྒྱགས་འདོམ་བདུན་གྱིས་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཅིག་ཅར་སྤྱག་བར་  
བྱེ་བཤུག་རུང་འགད་གཅོང་། སྟོ་མཆོར་ཀྱི་བྱང་དུ་དཀོན་གཉེར་ཐབ་ཆང་སྟོ་སྟོ་བལྟ་ནང་  
ལྷམ་གང་མ་གསར་རྒྱག །རྟེན་གཙོའི་སྒྲ་མདུན་དུ་ཆོས་དང་མིད་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྒྲུར་བའི་  
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་གི་དབྱིད་དུ་ལེགས་སྟོན་གཙོང་ཁྟོས་དང་ལྷན་པའི་གསེར་ཟངས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་བད་སྟེགས་མ་རྒྱགས་མཐོ་གང་ལྷག་ཅམ་ཡོད་བ་གསར་རུལ། ཞེས་ཉམས་གསོ་



བ་ཡི། །དགོངས་བ་སྒྲིམ་ཏེ་སྐྱབ་ལ་ཞུགས་པའོ། །ཞེས་གསལ་བ་ལྟར། རྟོང་ཆེན་རབ་  
འབྱམས་བ་རི་མེད་འོད་ཟེར་གྱིས་ (1308-1364) མཛད་པའི་བཀའ་ཐང་སྟོགས་བསྒྲིགས་  
སྟོགས་མའི་རྒྱད་འཛོམས་རྩོམ་མེ་ཆར་ལས་<sup>1</sup> གྲང་། གཞན་ཡང་ལོ་རྒྱུས་ཁ་འཁོར་བ་  
ཁུངས་མ་རྣམས་སུ་སྒྲིཞོག་དེ་དང་མཐུན་པར་བྱང་བ་ལ། རྒྱལ་པོ་ལ་རིམ་བ་མཛད་པའི་  
ཆེ་བཅུན་མོ་ཆེ་སྟོང་བཟའ་མེ་ཏོག་སྟོན་དང་། འགོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅུན་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱིས་  
རབ་ཏུ་བྱང་བའི་མཆོན་རྩོམ་བྱང་རྒྱབ་རྩེ་ཞེས་བ་དེ་སོགས་བཅུན་མོ་མཆོག་རྣམས་གྱིས་  
དགྲིལ་འཁོར་མཆོད་པའི་གཟུངས་མ་བྱེད་པར་ཞུས་པས། དེ་ཀུན་སྐལ་བ་དང་ལྷན་བ་ཁོ་  
ནར་ཡང་མི་སྤང་གསུངས། མཆིམས་བཟའ་ལྟ་མོ་བཅོན་དང་། མཁར་ཆེན་བཟའ་མཆོ་  
རྒྱལ་གཉིས་མཆོད་པའི་གཟུངས་མ་བྱེད་པའི་སྐལ་བ་ཅན་ཏུ་ལུང་བསྟན་པས། ས་ཐག་རིང་  
བ་ལ་རི་ལྟར་བགྱི་ཞུས་པས། འདི་ལ་ཆེགས་མེད་གསུངས་ནས། རྟོབ་དཔོན་གྱིས་  
དགོངས་བ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ། ཡུད་ཅམ་ཞིག་ན་དེ་གཉིས་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་མཐའ་རུ་  
སླེབས་སོ། །དེར་མ་ཟད་དེ་གཉིས་ལ་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བའི་དགོངས་བ་སྒྲིམ་ནས་ཕྱིས་  
འཛིག་ཉེན་གྱི་ལས་སྤངས་ཏེ་སྐྱབ་ལ་ལ་ཞུགས་སོ། །བཀའ་ཆེགས་གྱི་ཡི་གེ་གསུམ་ལས་  
དེ་གཉིས་གཞོན་བུ་ནས་སྐྱབ་ལ་ལ་གཞེགས་པས། བྲག་རྩེས་ལྷ་ཁང་མེད་ཅེས་འབྱུང་བའི་  
དོན་ཡང་དེར་སྤང་། ཞེས་བྱང་བ་ལྟར་རོ།

<sup>1</sup> རྟོབ་དཔོན་བསྐྱེམ་མ་འབྱུང་གནས་གྱི་རྣམ་ཐར་དཔེ་ཆོགས། །༡༡༽ བོད་རྫོངས་མི་དཔངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཤོག་  
གངས་ ༢༠༠

## ཅ ། འབྲོ་བཟའི་ཁྱིམ་སྒྲུ་རྒྱུ་གཏན་ལ་ལབ་ལ།

དེ་ཡང་ཁྱིམ་སྒྲུ་ལྟ་སྟེ། མཁས་དབང་དྲུང་དཀར་སློབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ (1927-1997) གྱིས་མཛད་པའི་དྲུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལས་<sup>1</sup> ༡. ཁྱི་ཅེ་འབྲུམ་བཞེར་གྱི་ཁྱིམ་སྒྲུ། ༢. སློང་འཇམ་རྒྱལ་ལག་གི་ཁྱིམ་སྒྲུ། ༣. བཀའ་ལྷན་རྒྱལ་ཁྱིམ་སྒྲུ། ༤. དབང་ཆེན་བཅད་གྱི་ཁྱིམ་སྒྲུ། ༥. འབྲོ་བཟའི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཁྱིམ་སྒྲུ་རྒྱུ་བཅས་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཁྱིམ་སྒྲུ་ལྟ་སྟེ་དེ་དག་ནི་ལྟུང་ལྟ་སྟེ་སྒྲིག་ (དུས་རབས་13པ།) གྱིས་མཛད་པའི་ལྟུང་ཆོས་འབྱུང་ལས་<sup>2</sup> 1. ཁྱི་ཅེ་འབྲུམ་བཞེར་གྱི་ཁྱིམ་སྒྲུ་ནི། ས་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཞོར་སློང་ན་བྱི་ཆེག་སློང་། དགོ་འདུན་ལ་བྱི། དམངས་ལ་སློང་། དེ་ཆེས་ནས་བཞག་ 2. སློང་འཇམ་རྒྱལ་ལག་གི་ཁྱིམ་སྒྲུ་ནི། ཡུལ་གཞན་ནས་ཞོར་སློང་ནས། ཡུལ་གཅིག་གི་སྤྱ་རྒྱུང་ན་ཆད་པ་མདའ་ལ་བཅད་དེ། མ་འཐད་པར་བཞག་ 3. བཀའ་ལྷན་རྒྱལ་ཁྱིམ་སྒྲུ་ནི། ས་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཞོར་སློང་(བརྒྱས་)ན་བརྒྱ་འཇམ། དགོན་མཆོག་ལ་བརྒྱད་ཅུ་འཇམ། འབངས་ལ་བརྒྱད་འཇམ་ལོ། 4. དབང་བཅད་སྤྱིའི་ཁྱིམ་སྒྲུ་ནི། རྩེའི་བང་སོ་ཅིག་པའི་དུས་སྤྱི་མ་རེ་ལ་སོ་མ་བྱུང་ན་ར་གཅིག་། མོ་མ་བྱུང་ན་བོང་བྱ་གཅིག་གི་ཁྱིམ་སྒྲུ་བཅས་སོ། 5. འབྲོ་བཟའི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཁྱིམ་སྒྲུ་རྒྱུ་མ་ནི། སྤྱིའི་པ་ལ་སོ་བྲག་སློབ། བཟའ་མ་ལ་སོ་བྲག་སློབ། བྲག་སོ་ཡོང་གི་ཅ་བ་ཞིང་ལ་སྤྱོད་འཇུགས། སློན་དབྱིད་གྱི་སྤར་ཁ་མཉམ་པའོ། ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་རོ།

<sup>1</sup> དྲུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། གྲུང་པོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༠༢ ལོ། འོག་གྲངས་ ༤༡༠

<sup>2</sup> ལྟུང་ཆོས་འབྱུང་། བོད་ཆོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༡༩༩༡ ལོ། འོག་གྲངས་ ༢༤༩



དེ་ཡང་ཁྱིམ་ས་བྱ་ཆུང་ཞེས་པ་ཡང་སྤར་རྒྱལ་སྒོན་མཉམ་ཆོག་གིས་གྲོས་  
བསྟར་བྱས་ནས་ཐག་བཅད་ཟིན་པའི་ཁྱིམ་ས་ཡོད་བཞིན་དུ་སྒོན་པོ་དང་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་  
གིས་ཁྱིམ་ས་གསར་བ་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་སྟེ། ཁྱི་སྟོང་གི་སྐྱུ་དུས་སུ་བདུད་སྒོན་ནམས་  
གིས་ཁྱིམ་ས་བྱ་ཆུང་བཅས་ནས་ཆོས་བསྟུན་པ་དང་། མ་ཞང་གིས་ཆོས་བྱེད་མི་ཆོག་  
པའི་ཁྱིམ་ས་བྱ་ཆུང་བཅས་ཉེ་ཇོ་བོ་ཤུ་གུ་སུ་ནེ་བྱེ་ཐེམ་དུ་སྤྲས་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་  
བཅུན་མོ་དང་སྤུ་སྐྱུ་ཐང་ཆེ་བ་དག་གིས་དམིགས་བསལ་ཁྱིམ་ས་སུ་བཅས་པ་ལ་ཁྱིམ་ས་  
བྱ་ཆུང་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། འབྲོ་བཟའ་རྒྱལ་མོས་བཅན་གྱིས་ཀྱང་ཁྱིམ་ས་བྱ་ཆུང་གཏན་  
འབེབས་མཛད་ཅིང་། ཐང་རྒྱལ་རབས་ལ་དཔེ་སྤྲངས་ནས་ཞིང་ལ་རྒྱལ་ཞིང་དང་། སྒོན་  
ཞིང་། འབབས་ཞིང་། བོན་ཞིང་སོགས་སུ་དབྱེ་ནས་ཁྲལ་བསྟུ་བའི་ལམ་ལུགས་གཏན་  
འབེབས་བྱས་པ་སོགས་མདོར་ན་ཞིང་ལུགས་ཀྱི་ལས་བཀོས་ཁྱིམ་ས་གྲིས་བྱེ་བ། ས་གྲོང་  
འདུལ་བ་དང་ཆུ་མཛོད་བསྐྱེལ་བའི་ལས་ཀ་རྒྱ་ཆེར་སྟེལ་ཞིང་། ས་ཞིང་གི་ཆེ་ཆུང་བཅི་བའི་  
ཆད་གཞི་གསར་དུ་བཟོས་པ་སོགས་པོད་ཀྱི་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ལ་ཆན་རིག་དང་མཐུན་  
པའི་བཅོས་བསྟུར་མང་དུ་མཛད་པས། དུས་སྐབས་དེའི་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་ཆད་  
མཐོན་པོར་སྟེབས་ཡོད་<sup>1</sup>པ་མཆོན་ཡོད།

### ཆ ༽ ཟས་སྒྲ་འདྲེན་པའི་ལག་དཔོན་མཛད་པ།

བསམ་ལས་གཙུག་ལག་ཁང་གསར་བཞེངས་ལེགས་གྲུབ་གྱིས་དགའ་སྟོན་གྲུབ་  
མཆོམས་མཁན་པོ་སྤུ་རྟའི་བྱང་ནས་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅན་རབ་དུ་བྱུང་བ་དང་། བཀའ་བསྟན་  
སྤྱ་སྦྱར་མཛད་སྐབས་ཇོ་མོ་བྱང་ཆུབ་རྗེས་རབ་བྱུང་སུམ་བུ་ལ་ཟས་སྒྲ་བཅུ་གསུམ་གྱི་

<sup>1</sup> དུས་དྲེག་ཆགས་པའི་གསེར་ཐངས། སྟོབས་ལྡན་སེལྤེས་བཅུམས། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་། ༢༠༠༠ ལོ། ལོག་ ༩༩

ལག་དཔོན་མཛད་པའི་ཚུལ་ཡང་། སྤྱ་གསལ་སྤང་གི་བཞེད་པ་ལས་<sup>1</sup> དེ་ནས་ཕྱག་གི་  
ལོའི་རྒྱན་རྒྱ་འབྲིང་པོའི་ངོ་ལ་བསམ་ཡས་བཞེངས་སུ་གསོལ་ཟེན་པའི་ཞལ་བསྐོས་བྲ་ཉི་ན་  
པའི་དུས་ཀྱི་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་མཛད་པའི་ཆེ། རྩོམ་བཅན་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཙུན་དང་། བསྐྱ་  
བཅན་མོ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་མཁན་པོ་རྣམས་བཀྲིས། སྤྱིར་དེ་དུས་སུ་  
མི་བརྒྱ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་དབུ་ཅེའི་བྱ་འདབ་དང་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་བཞིའི་ཅེ་མོ་ལྷགས་ཐག་  
གིས་སྒྲེལ། དེ་ལ་འཕན་མགོ་བཏགས་ཏེ། རྣམ་མཁར་དར་ལ་བཀྲི། ས་གཞི་ཀྱི་ཡིང་རྟ་  
ལས་བྱས། གསེར་པོར་དདུལ་པོར་ཐམས་ཅད་ཆབ་ཆང་དང་། འབྲས་ཆང་དང་། རྣས་  
ཆང་གིས་བཀའས། དུས་འདི་ཕན་ཆད་བཀའ་ལོ་ཆེན་པོ་བཏར་ཏེ། ཆོས་ཁྲིམས་བཅས།  
སྤན་ཆད་འོག་གི་འབངས་ལས་པོ་མིག་མི་དབྱུང་། མོ་སྤྱ་མི་བཅད། འཆང་ཅན་མི་དབྱུམ་  
པར་སྤང་། སྤྱེ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྗེའི་བཀའ་ཉན་ཅིང་། རྗེ་འབངས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རབ་  
ཏུ་བྱུང་པ་ལ་དབུའི་མཆོད་གནས་སུ་བྱུང་ལ། ཕྱག་དང་མཆོད་པ་བྱ་བ་དང་། བཀྱར་བ་ལ་  
སོགས་འབངས་ཕྱོགས་སུ་ཆོས་ཀྱི་བཀའ་བྲིན་ཆེན་པོ་བསྐྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཀས་  
བཏགས། དེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་བཅན་པོ་ཡབ་སྲས་དང་སྤྱ་ཆེན་པོ་ལ་གཏོགས་པ་སྒྲོན་  
ཆེན་མན་ཆད་ནས་སྤྱ་ལ་གཏོགས་པ་རིམ་གྱིས་བློ་བོར་ཉེ་མན་འ་བསྐྱལ་བའོ། །ཆོས་  
ཅིགས་མཛད། བཀའ་བཅིགས་ཀྱི་རྡོ་རིངས་བཙུགས། རབ་ཏུ་བྱུང་པས་ཆོས་བྲའི་སྒྲོབ་  
དཔོན་དང་། ཉ་མའི་སྒྲོབ་དཔོན་བཀོས། དེ་ཕན་ཆད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། དགེ་  
འདུན་ཀྱི་བཞེས་ནི་ཁབ་སོ་ཆེན་མོ་ལས་སྤྱར་པ་ལ་སོགས་འོག་ཏུ་འཆད།

སྤར་ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་པོ་རྟེན་སྤྱས་གསོལ་བ་བཞེན་མཐར་གྱིས་  
ཆོས་ལ་འཇུག་པར་མཛད་པར་ཆད་པས་སྤྱ་བསྐྱར་བཙུགས་ཏེ། འོ་རྩུ་ཆེན་པོས་ནི་རྒྱ་གར་  
ཀྱི་འོ་རྩུ་བྱས། རྒྱ་ནག་པོའི་འོ་རྩུ་ནི་བན་ཀ་ལེགས་ཀོང་དང་། ལྷ་ཕུང་སྤྱ་གོང་དང་། འགོ་

<sup>1</sup> སྤྱ་བཞེད་ཕྱོགས་བསྒྲིགས། བདེ་སྤྱིད་ཀྱིས་བསྒྲིགས། མི་རིགས་དཔེ་སྤྱན་ཁང་། ༢༠༠༩ ལོ། འོག་གངས་ ༡༣༩

གོང་དབུལ་གོང་གསུམ། དེའི་མཁན་བྱ་བྱུང་པོ་ཅེ་མངས་ལ་སོགས་པས་བྱས། རྒྱའི་ཏུ་  
ཤང་མ་ཞང་མ་གོ་ལོ་སྤྱན་ངངས་ནས་ཆོས་རྣམས་བསྐྱར་བ་ལས། མཁན་པོ་སྤྱ་རྣམས་  
ཤེས་རབ་འབྱམ་ཐོག་མར་བསྐྱར་བའི་ཆེ། བོད་ཁམས་སུ་འབྱམ་སྡེ་རྒྱས་པར་བསྐྱར་ཏེ།  
དེའི་བསོད་ནམས་དང་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྱད་པ་ཤི་  
སྟག་གཞི་དག་པར་སྐྱེ་བོ་ཞེས་མི་ལམ་དུ་ལུང་བསྟན། དབང་བློན་མཁན་པོ་མཆོས་ཤེས་  
རབ་འབྱམ་ལྟ་སྤྲས་ཁྱི་སྟོང་སྡེ་བཅན་རྗེ་འབངས་ལ་བཤད་པའི་ཆེ། ལྟ་སྤྲས་མཉེས་ནས་  
མགོ་ལ་བྱུགས་ནས་བྱ་དགའ་ཆེ་ཐང་དུ་གསལ། རྒྱུད་ཀྱན་ལས་བརྒྱས་པ་ཡང་མཆོས་  
བསྐྱར་རོ། །ལུགས་གཅིག་(བཞེད་རྒྱས་ཤོས)ལ་རྒྱ་ནག་པོའི་ཆོས་རྣམས་ཐོག་མར་བསྐྱར་རོ་  
ཟེར། རྒྱ་དཀར་པོའི་ཆོས་ལ་ནང་རྒྱུད་སྡེ་གསུམ་ཤི་ཆང་ལ་ཡངས་ཏེ་བོད་ལ་མི་འཆོས་  
པས་མ་བསྐྱར། ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱ་བའི་སྡེ་བ་དབུས་བ་བྱེ་བྲག་དུ་སྤྱ་བ་རྒྱ་  
འབྲས། (ཞབས་འཕྲིང་དག་སྟོང་དང་སྐྱེ་བོ་ཀྱན་ན་ཏེ། ཆོས་མཁས་རབ་རེ་གསོལ་ཞེས་གྲགས། རོ་མོ་ལྟ་རྒྱལ་  
ཀྱི་ཞལ་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཆོས་མཁས་ཐས་སུ་ཅི་གསོལ་གསུངས་)སྟོན་པས་དེ་བོར་ལ་འཆོས་པར་  
མཁྱེན་ནས། དང་པོ་ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་ལ་གསོལ་ཏེ་བསྐྱར། དེ་ལ་ལུང་དང་པོ་ལུང་སྡེ་བཞི་  
ལས་ལུང་རིང་པོ་དང་། གང་པོའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ཉུང་དུ་ཞིག་བསྐྱར། མངོན་པའི་མདོ་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་བཀའ་བསྐྱར།

ཁ་ཅིག་ན་ཏེ། འདུལ་བ་ལ་དགེ་འདུན་པལ་ཆེན་སྡེ་ནི་ཁྱིམས་ཡངས་ཆེས་པ་དང་།  
གནས་བརྟན་སྡེ་དང་གསུམ་ནི་མ་བསྐྱར། ཉན་ཐོས་ཀྱི་འདུལ་བ་དང་། མདོ་སྡེ་ལུང་རིང་པོ་  
དང་ཟེར། མདོ་སྡེ་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་མངོན་པའི་སྟོས་རིམ་བསྐྱར། ཉུང་ལས། མ་  
རྒྱ་ཡོ་ག་སྤྱ་སྟེགས་དགེ་བ་ལ་གཟུང་པའི་སྤྱད་དུ་གཙང་ཆེ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་རི་ལྟ་བུ་ནི་མ་རྟོགས་པར་ལོག་པར་འཛིན་ཅིང་འཇུག་པར་འབྱུང་བས་མ་བསྐྱར།  
སྤྲགས་ཡོ་ག་རུས་པ་ཆེ་ཡང་བོད་ལ་རུས་པ་མི་འབྱུང་བས་དུས་དེར་མ་བསྐྱར། བཅ་ཟེ་  
རྣམས་དགེ་བ་ལ་གཟུང་པའི་སྤྱད་དུ་གི་ཡ་གསུང་བ་དང་། ཡང་བོད་གཙང་སྤྱ་རྩུང་བས་མ་

བསྐྱུར། ཨ་རུ་ཡོ་ག་མེ་བག་ཅན་ལ་བསྐྱུར་བས་བོད་ནས་ཉོག་ཆེ་བས་མ་བསྐྱུར། ཨུ་བ་ཡ་  
བོད་ལ་རན་པར་ཅིས་ནས་ཡེ་ཤེས་དབང་པོས་གསོལ་ཏེ་བསྐྱུར། མདོ་སྤེལ་དང་གཟུངས་ཀྱི་  
གར་ཡུལ་དུ་མ་ལུས་པ་ཅམ་དུ་བསྐྱུར། རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་ལ་མ་བཅགས་པ་ཅམ་གཅིག་  
བསྐྱུར།

དེ་ནས་བཅན་པོའི་ཞལ་ནས། ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་ན་རེ། རྒྱ་གར་དང་། རྒྱ་ནག་གི་  
ཆོས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དཔེ་པལ་ཆེར་བསྐྱུར་བ་ལས། ཆོས་དཔེ་ཐམས་ཅད་དཔལ་ཤི་  
ན་ལེ་རྒྱ་ན་ཡོད་པ་མེས་ཆེག། དེར་མ་ཆང་བར་ཡོད་པ་ཤས་གཅིག་མ་བསྐྱུར་བར་ཡོད་པ་  
ངའི་ཡིད་ལ་བཅགས་སོ་གསུངས། དེ་ཆེ་བྱས་པ་ཡོད་པ་ཀུན་གྱིས་བཀའི་རྒྱ་དཔེ་རྙིང་ཆང་  
བསྐྱུར། འཆོ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་ཆེན་པོ་ནས་སྐྱུར་ཏེ། ཆང་མང་གེ་རུ་སྤྲིང་ནས་གཡོས་པ་  
བྱས་ཏེ་རབ་དུ་བྱུང་བ་སུམ་བརྒྱ་ལ་ཟས་སྒྲ་བཅུ་གསུམ་འདྲེན་པའི་ལག་དཔོན་རྫོ་མོ་བྱང་  
ཆུབ་རྗེས་མཛད། གདན་ནོན་པ་དང་། རྒྱས་པའི་བམ་པོ་རེ་ལ་ཤོག་ཤིལ་རེ་བྱས་ནས་འདོན་  
ཏེ། ནང་མ་རེ་ལ་འབྲུམ་ཆོ་རེ་བཀའ་བསྐྱབས་སོ། །ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་རོ།

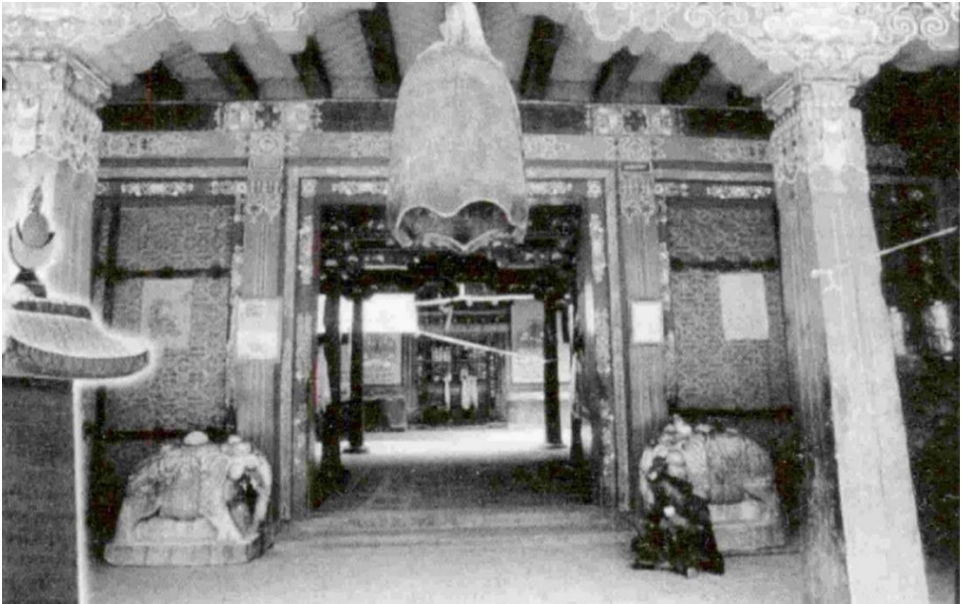
གཞན་ཡང་ཀུན་མཁུ་སྤྲོད་ཆེན་རབ་འབྲུམས་པས་ (1308-1364) མཛད་པའི་  
སྤྲོད་ཆེན་ཆོས་འབྲུང་ལས་<sup>1</sup> གང་། ཡང་དེའི་དུས་འཆོ་བ་སྒྲ་ན་སྤྱིར། དགེ་བ་ཉམས་བག་དུ་  
སྤྱོད་དེ། དགེ་འདུན་གྱི་སྤེལ་བཅུགས། ཉན་བཤད་དང་སྒྲོམ་སྒྲུབ་གྱི་བྲ་བཟུང་། སངས་རྒྱས་  
གྱི་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་མཛད་དེ། ཆང་མ་གེ་རུ་ཤིང་དུ་གཡོས་མལ་བཅས་ཏེ་རབ་དུ་བྱུང་  
བ་སུམ་བརྒྱ་ལ། ཟས་སྒྲ་བཅུ་གསུམ་རེ་འདྲེན། དེའི་ལག་ལེན་རྫོ་མོ་བྱང་ཆུབ་རྗེས་མཛད།  
ཅས་གསལ་བ་ལྟར། སྐབས་དེའི་དགེ་འདུན་པ་ནམས་གྱི་གཡོས་སྤྱིར་གྱི་ལས་གཙོ་བོ་རྫོ་  
མོ་བྱང་ཆུབ་བཅུན་གྱིས་ཐུགས་འགན་བཞེས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ།

<sup>1</sup> སྤྲོད་ཆེན་ཆོས་འབྲུང་། བོད་སྤྲོད་པོ་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཤོག་གངས་ ༣༢༩

༣༽ གཙུག་ལག་ཁང་གི་རིལ་བུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་  
༡༽ བསམ་ཡས་དབུ་ཅེས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རིལ་བུ།



བསམ་ཡས་དབུ་ཅེས་གཙུག་ལག་ཁང་ཁང་གི་རིལ་བུ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་  
(742-797) གྱི་སྐུ་དུས་སུ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པ་དང་དུས་མཚུངས་ཀྱི་ལོ་  
༧༧༥ ནས་ ༧༩༩ བར་གྱི་ལོ་ནང་འགྲོ་བཟའ་ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་བཟའ་ནས་བྱང་ཆུབ་བཟའ་  
གྱིས་ཡོན་བདག་གནང་སྟེ་རྒྱུ་དག་སྟོང་རིན་ཆེན་གྱིས་བཞེངས་ཤིང་། ཁ་ཡིག་ནང་དོན་  
ནི་སྟོན་ཆོག་ཡིན། རིལ་བུ་འདི་ཉིད་དེང་སྐབས་བསམ་ཡས་དབུ་ཅེས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
སྟོ་འཆོར་ཐོག་ཏུ་བཀལ་ཡོད།



དེ་ལྟར་བསམ་ཡས་དབུ་ཅེའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་དེའི་ཆོས་འདི་ཉིད་ལུགས་སུ་སྒྲུགས་པའི་  
དུས་ནི། སྔོན་གངས་ཅན་གྱི་ཡུལ་གྱི་འདིར་མངའ་དབང་བསྐྱར་བའི་བཙན་པོ་རིམ་བར་  
ཁོན་པ་ལས་རྒྱལ་སྤྱི་དཔལ་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་འབྲུལ་ལ་བརྟན་ནས་བོད་ཁམས་ཀྱི་ལུགས་  
གཉིས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་མཛད་རྗེས་ལྷག་པར་ཆེ་བའི་མཁས་ཤིང་མཛདས་ལ། མཐུ་  
སྟོབས་དང་ལྷན་པ་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་ཞེས་མགྲིན་གཅིག་  
ཏུ་བསྒྲགས་པའི་ཡུལ་དུ་གྲུར་པའི་ཡ་གྲུལ་ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་ལྷེ་འཕེལ་བཙན་སྐུ་དུས་སུ་ཡིན།  
དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དེའི་བུའི་ཁ་བྱང་ལས། ལྷ་བཙན་པོ་ཁྲི་སྤོང་ལྷེ་བཙན་ཡབ་སྲས་<sup>1</sup>སྤངས་

<sup>1</sup> ཡབ་སྲས་ཞེས་པ་གང་དག་ཡིན་མིན་ལོ་རྒྱུས་ལོ་རྒྱུས་ཁག་ཏུ་དགོངས་པ་གཅིག་མཚུངས་མེད་ཀྱང་། མཁས་པའི་དགའ་  
སྟོན་ལྟར་ན། ཡབ་ཁྲི་སྤོང་ལྷེ་འཕེལ་བཙན་དང་། ཡུམ་ཆེ་སྤོང་བཟའ་མེ་ཏོག་སྔོན་གཉིས་ལ་སྲས་བཞེ་འབྲུངས་པ་ལས། ༡ ལྷ་ཁྲི་  
སྤོང་པོ་རྒྱུ་དུས་སྐུ་གཤེགས། ༢ ལྷ་ཁྲི་བཙན་པོ། ༣ ལྷ་ཏིག་གམ་སུ་འཕེལ་བཙན་པོ་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༩ ལོར་འབྲུངས། རྒྱུ་ལྷ་  
ནས་ཞང་དབུ་རིང་ཉེས་མེད་དུ་བསད་པས་འགོས་ཀྱི་ཞལ་ལྷེ་བཏང་ནས་མཐའ་ལ་སྒྲུགས། ༤ ཁྲི་ལྷེ་སྤོང་བཙན་སངས་  
ལེགས་མཛེད་ཡོན་བཙན་སོ།།

དབྱལ་ཞེས་བཅན་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་བཅན་གྱི་མཆན་གསལ་བར་བཀོད་ནས་བཅན་པོ་ཡབ་  
སྲས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བསྐྱོན་བྱེད་ལུགས་དང་། དེ་བཞིན།

**རྩོམ་རྒྱལ་མོ་བཅན་ཡུམ། སྲས་ཀྱིས་ཕྱགས་བཅུའི།**

**དཀོན་མཆོག་གསུམ་གཤམ། མཆོད་པའི་སྦྱང་དུ་ཅོང་། འདི་བགྱིས་ཏེ།**

ཞེས་ཟིལ་ཆེན་འདི་ཉིད་བཞེངས་མཁན་གྱི་ཡོན་བདག་རྩོམ་རྒྱལ་མོ་བཅན་ནི་བཅན་པོ་ཁྱི་  
སྤོང་ལྟེ་བཅན་གྱི་བཅུན་མོ་ལྷ་ཁབ་དུ་བཞེས་པའི་ཡ་གྲལ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་  
བཅན་གྱིས་བཅུན་མོ་ལྷ་ཁབ་དུ་བཞེས་པ་ལས། མཆོམས་བཟའ་ལྷ་མོ་བཅན་དང་། མཁན་  
ཆེན་བཟའ་མཆོ་རྒྱལ་གཉིས་སྐྱབ་པ་མཛད་པས་ཕྱག་རིས་མེད། འབྲོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་  
བཅན་གྱིས་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་རྗེར་མཆོན་གསོལ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་རིས་སུ་དགོ་  
རྒྱས་ལི་མ་སྤྱིང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་གསར་བཞེངས་མཛད་པའི་ནང་ཉེན་དུ་སྤང་བ་མཐའ་  
ཡས་གཙོ་འཁོར་དགུ་གཞུང་གི་ལུགས་སྟོན་དུ་ལུགས་བཏབ་ནས་ཆབ་ལ་སྐྱབ་བྱངས་པས་  
འཁོར་གཉིས་ཆབ་ལ་ཤོར་བ་དང་། སྲས་མི་མངའ། ཡབ་མིང་འབྲོ་ཡུམ་ཐག་རིང་བས་  
བྱིས་གསོ་མི་མི་འོང་ཞེས་མཆོན་སྟེ་ལུགས་མ་བྱས། ཅིག་པ་སོ་བཅུ་ཞེ་ཉེ་ཆུས་སྐྱར།  
ཟངས་ཀྱི་ཐོག་བཀའ། རོལ་མོ་ཅོང་བཏགས། ཞེས་སྐྱ་བཞེད་དུ་འཁོད་པར་གཟིགས་ན།  
ཅོང་ཟིལ་དེ་ཉིད་བཅན་པོ་འདིའི་སྐྱ་རིང་ལ་བཞེངས་པར་མཛོན་ནོ།།

འབྲོ་ཡུམ་ཐག་རིང་བས་གསོ་མི་མི་འོང་། ཞེས་པའི་ལུགས་ལས་སྐབས་དེར་དུས་  
མཆོད་པ་སོགས་བཅན་པོའི་བང་མཛོད་ནས་སྐྱར་སྟོལ་མེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་ཆོང་  
ནས་གཏོང་དགོས་པར་སྤང་ལ། ཟིལ་ཆེན་འདི་ཉིད་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱབ་ལྗོངས་  
ཤེས་དགོས་ཆོ། བཅན་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་བཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་བྱང་འབྲེལ་ཐོག་ཤེས་རྟོགས་  
བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་བཅན་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་བཅན་གྱི་སྐྱ་རིང་ལ་རྒྱལ་བསྐྱན་དར་རྒྱས་ཡུན་གནས་

<sup>1</sup> སྤངས་དབྱལ་ཞེས་པ་ནི། གནའ་ཡིག་སྟེ་ཡབ་ཡུམ་མམ་བཟའ་ཆོང་གཉིས་ལ་གོ་ཞིང་། གནའ་པོའི་ཞེ་ཆོག་ཡིན་ལ། སྟེང་  
ཞལ་ཞེས་ཀྱང་འབྲི་རྒྱན་དུ་ཡོད།

ཡོང་སྤང་རྒྱ་དཀར་ནག་སོགས་ནས་བཤ་བྱ་བ་དུ་མ་བོད་དུ་གདན་པོངས་ཤིང་། ལྷག་པར་  
རྒྱ་ནག་གི་བླ་ཆ་ལེངས་ཀོང་། ལྷ་ལུང་སྤྱོད་དང་། འགོ་གོམ་དབུལ་གོང་གསུམ་དང་།  
དེའི་མཆན་བྱ་བུ་ཅེ་མངས་ལ་སོགས་པས་བྱས། རྒྱའི་རྒྱ་ཤང་མ་ཞང་མ་གོ་ལེ་སྤྱན་པོངས་  
ནས་ཆོས་རྣམས་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བོད་ཁམས་སུ་རྒྱའི་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་རིག་གནས་རིམ་བཞིན་དར་བྱུང་ཡོད། གཡེས་ལ་མཁས་པའི་བཙུན་མོ་འབྲོ་  
བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཙུན་ཡང་སྟོན་མིན་གྱི་སྟོབ་མའི་གས་སུ་བཞུགས་ནས་རྒྱའི་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་རིག་གནས་ལ་ཉམས་ལེན་གནང་། རྒྱ་ནག་གི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལུགས་འདི་བོད་  
དུ་དར་བ་དང་བསྐྱུན་ནས་ཅོང་ལུགས་སུ་སྒྱགས་པའི་སྟོལ་བོད་དུ་རིམ་བཞིན་དར་བར་  
མངོན་ནོ།

དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་ཕྱིང་བས་ (1504-1564/1566) མཛད་པའི་ཆོས་འབྱུང་  
མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས། བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་སྐབས་ཅོང་བརྒྱད་  
བཞེངས་ཞེས་འཁོད་པ་དང་། དེ་དག་ལས་བསམ་ཡས་ལ་ཅོང་ཆེ་ཆུང་གསུམ་ཡོད་པར་  
བཤད་ཀྱང་ད་ལྟ་མཇུག་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི་ཅོང་ཆེ་བ་དེ་ཡིན། ཅོང་འདི་ནི་རྒྱ་ལི་མ་ལས་བྱ་བ་  
ཅོང་། དཔངས་ཀྱི་མཐོ་ཆད་ལ་མིན་ ༡་༩ དང་། ཁ་ཞེང་ལ་མིན་ ༠་༩༩ ཅོང་གི་དབུའི་  
མཐའ་སྟོར་གྱི་རིང་ཆད་ལ་མིན་ ༡་༥ ཞབས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་གྱི་རིང་ཆད་ལ་མིན་ ༩་༡  
མཐུག་ཆད་ལ་མིན་ ༠་༠༥ དབུའི་མཆམས་སུ་བོད་ཡིག་གི་ཡིག་ཕྱིང་གཉིས་ཡོད་པ་དང་།  
ཡིག་གཟུགས་དབུ་ཅན་ཡིན་ལ། བཅན་པོའི་དུས་ཀྱི་གནའ་ཡིག་གི་བྱང་ཆོས་ལྷན། ཅོང་དེ་  
ཉིད་ལོ་རྒྱུས་ལྷན་རིང་སོང་བའི་རྒྱུ་ཀྱིས་སེར་ཁ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཤོར་འདུག །ཅོང་འདི་ད་ལྟ་

<sup>1</sup> ཅོང་ཆེ་བ་ནི་དབུད་ཅོམ་འདིའི་བོད་བྱ་བ་དེ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་ཆུང་བ་གཉིས་པོ་ཡང་སྐབས་དེར་ལུགས་སུ་  
སྒྱགས་པ་ཡིན་ཞེས་བཛྟེད་ཅིང་། ཅོང་དེ་གཉིས་ཀྱི་བོངས་ཆད་ཆ་མཆུངས་ལ་མཐོ་ཐད་ལ་མའི་མིན་ ༩༥ དང་། ཁ་ཞེང་ལ་  
མའི་མིན་ ༩༩ ཡོད་ཅེས་འཁོད། བོད་ཡུངས་ཞིབ་འཇུག ༡༩༩༩ མའི་དུས་དེབ་བཞིའག



བསམ་ཡས་དབུ་ཅིའི་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་ཡོད་པས་མིང་ལ་ཡང་བསམ་གཙུག་ལག་ཁང་  
གི་ཙོང་ཞེས་གྲགས།<sup>1</sup>

གཞན་ཡང་མ་ཞང་ཁྲིམ་པ་སྤྲེལ་གྱིས་ཆོས་ལ་འཆེ་བའི་དུས་མཁས་པའི་དགའ་  
སྟོན་ལས་<sup>2</sup> མཁར་བྲག་གི་ལྷ་ཁང་ནི་མང་ནས་བསྐྱེལ། མགིན་བཟང་གི་ལྷ་ཁང་ནི་བཞིག་  
སྟེ། ཙོང་ནི་མཆིམས་བྱའི་གཡའ་ལ་བསྐྱེལ་ཏེ་དེ་ཉིད་ཕྱིས་བསམ་ཡས་དགེ་རྒྱས་ཀྱི་ཙོང་  
ལགས། ཞེས་པར་བརྟགས་ན། ཐོག་མར་ནེལ་པ་པརྩེ་ཏ་གྲགས་པ་སྟོན་ལས་སྟོ་གོས་ (དུས་  
རབས་13པ།) གྱིས་མཛད་པའི་སྟོན་གྱི་གཏམ་མེ་ཏོག་སྤེང་བ་ལས་<sup>3</sup> ཁྲི་ལྷེ་གཙུག་བརྟན་  
མེས་ཨག་ཆོམ་དུ་གྲགས་པ་དེས། ལྷ་ས་འཁར་ཕུག །བྲག་དམར་མགིན་བཟང་། འཆིམས་  
བྱ་ན་རལ། མད་ས་གོང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས། ཞེས་ལྷ་ཁང་དེ་དག་ཁྲི་ལྷེ་གཙུག་  
བཅན་གྱི་དུས་སུ་བཞེངས་པ་དང་། བཅན་པོའི་དུས་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་པོ་བྱང་བཙོ་  
སྟེན་གྱི་གུས་ལུགས་ལ་གཞིགས་ན། བཅན་པོ་ཁྲི་ལྷེ་གཙུག་བཅན་གྱི་སྐུ་དུས་སུ། མཁར་  
བྲག་ལྷ་ཁང་དང་མགིན་བཟང་ལྷ་ཁང་བཞེངས་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ཙོང་དེ་དག་བཞེངས་  
པ་ཡིན་པོད། ཁོང་སྐུ་གཤེགས་རྗེས་སྤྲེལ་ཁྲི་སྟོང་ལྷེ་ཕུ་བཅན་ཁྲི་ལ་མངའ་གསོལ་མ་ཐག་  
པའི་དུས་དེར། ཆོས་ལ་མི་དགའ་བའི་སྟོན་པོ་མ་ཞང་གོམ་པ་སྤྲེལ་གྱིས་ཁྲིམས་བྱ་ཆུང་  
བཅད་དེ། ཐུབ་བསྟན་ལ་བར་ཆད་ཆེན་པོ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་ལྷ་ཁང་བཞིགས་པ་དང་།  
ཙོང་ཡང་མཆིམས་བྱའི་གཡའ་ལ་བསྐྱེལ་དགོས་པ་བྱུང་ཡོད། བཅན་པོ་ཁྲི་སྟོང་ལྷེ་ཕུ་བཅན་  
ནར་སོན་རྗེས་བསྟན་པ་སྤྲེལ་གསོ་བའི་སྐབས། ཙོང་དེ་བསམ་ཡས་དགེ་རྒྱས་སུ་གནས་  
སྟོས་པའི་དབང་གིས་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྤེང་བས་དེ་ཕྱིས་ཀྱི་བསམ་ཡས་དགེ་རྒྱས་ཀྱི་

<sup>1</sup> བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ཙོང་འིལ་ཞེས་འདུག །བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་། ༢༠༡༩ ལོ། ཤོག་གངས་ ༤༩

<sup>2</sup> ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན། མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། ༢༠༠༤ ལོ། ཤོག་གངས་ ༡༦༣

<sup>3</sup> བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་ཁག་ལྔ། ཆབ་སྤེལ་ཆེ་བརྟན་ཕུན་ཆོགས་སོགས་ཀྱིས་གཙུག་གནང་། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་  
དཔེ་རྒྱུ་ཁང་། ༢༠༠༥ ལོ། པར་གཞི་གཉིས་པ།

ཅང་ལགས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྐབས་སུ་བརྗོད་པའི་འབྲོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་  
བཙུན་གྱི་ཡོན་བདག་གནང་ནས་བཞེངས་པའི་བསམ་ཡས་དབུ་ཅེའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
ཅང་འདི་ནི། འབྲོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་བཙུན་གྱིས་བསམ་ཡས་དགོ་རྒྱས་གཙུག་ལག་ཁང་  
བཞེངས་སྐབས་ལུགས་སུ་བླགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། བོད་དུ་བརྗོད་ཟིན་པའི་ཅང་དེ་མ་  
ཡིན་ནོ།

ཕྱོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲིབ་བར་ལོ་ཆོགས་ཤེས་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཞིང་། ལོ་  
རྒྱུས་སྒྲིབ་བཞེས་ཐོག་མར་དོན་དུ་གཉེར་རྒྱུའི་ཅ་བའི་མང་གཞི་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཅང་འདི་ལོ་  
དུས་གང་ཞིག་ལ་བཞེངས་པའི་ལོ་ཆོགས་ངེས་གཏན་ཞིག་བརྗོད་བར་དཀའ་ཡང་། ཅང་  
འདི་བཞེངས་པའི་དུས་ནི། བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པའི་དུས་དང་མཉམ་དུ་  
བཞེངས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་ན་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པའི་ལོ་ཆོགས་ནི།  
བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དོན་ཆེན་རེུ་མིག་རྒྱས་པ་གེ་ཉ་ཀ་  
ཞེས་བ་ལས<sup>1</sup>། བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ནི་བྱི་ལོ་ ༡༡༧ ལ་མང་གཞི་བཏིང་ནས། བྱི་  
ལོ་ ༡༡༩ ལོར་ཡོངས་སུ་ལེགས་བསྐྱབས་ཟིན། ཞེས་གསལ་ཡོད་པ་དང་། (藏族万年大  
事记) ཞེས་བ་ལས<sup>2</sup>། བྱི་ལོ་ ༡༤༩ ལ་མང་གཞི་བཏིང་ནས། བྱི་ལོ་ ༡༤༡ ལ་ཡོངས་སུ་  
ལེགས་བསྐྱབས་ཟིན། ཞེས་དགོངས་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་གང་ལྟར་བསམ་ཡས་  
གཙུག་ལག་ཁང་ནི་བཙན་པོ་ཁྱི་སྤོང་གི་སྐུ་དུས་སུ་བཞེངས་པ་ཅོད་མེད་ཡིན་པས། ཅང་དེ་  
ཡང་བྱི་ལོ་ ༡༡༧ - ༡༡༩ བར་གྱི་ལོ་ཞིག་ལ་བཞེངས་པ་གསལ་བོ་ཡིན།<sup>3</sup>

<sup>1</sup> བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དོན་ཆེན་རེུ་མིག་རྒྱས་པ་གེ་ཉ་ཀ་ ༡༡༨-ཡལ་ལུ་ཕུན་ཆོགས་ཆེ་  
རིང་། མི་རིགས་དཔེ་སླུལ་ཁང་། ༢༠༠༥ ལོའི་བར་གཞི་དང་མོ། སྐོག་གངས་ ༩༩ ལ་གསལ།

<sup>2</sup> 西藏万年大事记》噶玛降村 民族出版社 2005年8月第一版39页 95-

<sup>3</sup> བོད་གྱི་གནའ་རབས་ཅང་འདི་ལ་ཞིབ་འཇུག་། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་སླུལ་ཁང་། ༢༠༡༡ ལོ། སྐོག་གངས་ ༤༥

ཅོང་འདི་བཞེངས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་། གཤམ་བར་ཆེན་པོ་བྱང་ཡོད་པ་ཡང་། གཏེར་ཆེན་ཨོ་རྒྱལ་གླིང་པས་<sup>1</sup> (1323-?) གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་བརྒྱ་བཀའ་ཐང་ལས་<sup>2</sup> དེ་ནས་ལྷ་ཁང་ནང་དུ་ཅོང་འདོགས་པམ་ མི་མ་ཡིན་གྱིས་འདོགས་སུ་མ་སྟེར་བས་སྟོབ་དཔོན་མཆིམས་ལུང་ཡང་དག་སྐྱབ་པ་མཛད་པུ་ལུ་ཆངས་པའི་དབྱངས་ཀྱི་འདྲེན་སྟངས་སྟངས་མི་མ་ཡིན་རྣམས་ཡེངས་ལ་བོར་ནས་སུ་གཞན་རྣམས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཅོང་འདོགས་བཅུག་ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་ལྷུ་ལྷོ་ལྷོ་སྤྲེལ་ (དུས་རབས་13པ།) ཀྱིས་མཛད་པའི་ལྷུ་ཆོས་འབྱུང་ལས་<sup>3</sup> དེ་ནས་ཅོང་ལུགས་སུ་སྐྱུག་ཏུ་མ་སྟེར་བ་ལ། །xརུའི་xསྤྱི་མདོས་བཤམ་ནས། །ལྷ་འདྲེ་ཡེངས་ཀྱི་ཀྱི་སྤྱོ་ཆེ་སྟངས་ནས། །ཆེ་ཆུང་ལུགས་རིའི་རྒྱ་ལ་ལྟོས། །མཐོ་དམའ་རི་རབ་ཅེ་ལ་ལྟོས། །མང་ཉུང་སྤྱེ་འགྲིའི་གངས་ལ་ལྟོས། །མཛེས་སྤྱུག་དར་ཐབ་པན་ལ་ལྟོས། གསུངས་པས་ལྷ་འདྲེ་ཡེངས་ཀྱི་བར་ལ་ཅོང་ལུགས་ཐེབས་སོ། །ཞེས་ཅོང་འདི་ལུགས་སུ་སྐྱུགས་པའི་དུས་སུ་ལྷ་འདྲེས་གཞོད་ཆེ་བཏང་སྟེ་གཤ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཀྱང་མང་དུ་བྱུང་བ་རྟོགས་བྱུང་བོ། །

དེ་བཞིན་ཅོང་འདིའི་སྟོར་ལ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པའི་དུས་སུ་སྤྱ་བཞེད་ལས་<sup>3</sup> དེ་ལྟར་ན་སྟེར་ཆོ་བདུན་ཅུ་དོན་བརྒྱུད། མདོའི་རྒྱུད་རིམ་བཅུ་བཞི། ཀ་བ་སྟོང་དང་ཅ་གཉིས། སྟོ་མོ་ཆེ་སུམ་བཅུ་སོ་དྲུག་། སྟོ་ཆུང་ཆུང་བཞི་བཅུ་ཞེ་གཉིས། སྤྱ་སྟེས་ཆེན་པོ་དྲུག་། ཅོང་ཆེན་པོ་བརྒྱུད། དང་དང་(དར་ཐང་)ཆེན་པོ་གསུམ་ལ་སོགས་དང་། ཞེས་བསམ་ཡས་བཞེངས་དུས་ཅོང་བརྒྱུད་ལུགས་སུ་སྐྱུགས་པ་གསལ་ཡང་། ད་ལྟ་དངོས་སུ་མཛེས་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི་ཅོང་འདི་ཁོ་ན་ལས་མེད་ལ། ཅོང་འདི་ཉིད་ཀྱང་རིག་གནས་གསལ་བཟླ་ཆེན་པོའི་དུས་ཟིང་གི་ནང་དུ་བོར་བརྒྱགས་སུ་སོང་ཟེས། ཕྱིས་སུ་དད་ལྡན་ཡོན་ཏན་

<sup>1</sup> བརྒྱ་བཀའ་ཐང་། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༡༩༩༧ ལོ། འོག་གངས་ ༣༩

<sup>2</sup> ལྷུ་ཆོས་འབྱུང་། མཁས་པ་ལྷུ་ལྷོ་སྤྲེལ་བཅུམས། བོད་རྫོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུད་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། འོག་ ༣༩༥ ལ་གསལ།

<sup>3</sup> སྤྱ་བཞེད། སྤྱ་གསལ་སྒྲུང་གིས་བཅུམས། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༡༩༩༠ ལོའི་བར་གཞི་དང་ལོ། འོག་ ༩༩

གྲགས་པ་ལགས་ཀྱིས་མང་ཆོགས་ཁོད་ནས་རྟེན་སོན་བྱུང་སྟེ་བསམ་ཡས་དགོན་པ་ལ་  
ཕུལ་ཞེས་གསུངས་ཚུལ་འདྲག

དེ་ཡང་ཙང་འདི་སྐར་ཡང་དམངས་ཁོད་ནས་རྟེན་སོན་བྱུང་པའི་སྐོར་ལ། ཙང་འདི་  
བསམ་ཡས་དགོན་དུ་འབྱུང་མཁན་ཡོན་ཏན་གྲགས་པ་ལགས་(ཁོང་ནི་ནག་ཆུ་ས་ཁུལ་ཆབ་སྐད་  
གོས་ཆོགས་ཀྱི་གུའུ་རེན་སྐྱ་གཞོན་དང་། ནག་ཆུ་སྐོབ་གསོ་ལུས་ཅལ་ཡུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་གུའུ་རེན་གྱི་འགན་  
བཞེས་གནང་སྟེ། སྐབས་དེར་ཁོང་ནི་ནག་ཆུ་སོག་རྫོང་དམངས་ཁོད་རྫོས་གར་ཆོགས་པའི་ཆོགས་གཙུག་  
ཡིན།)ཀྱི་གསུང་རྒྱུ་ལྟར་ན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ལོའི་ཆོ་བ་ ༧ བར་ནག་ཆུ་སོག་རྫོང་དམངས་  
ཁོད་རྫོས་གར་ཆོགས་པ་སྟོ་ཁས་གདན་ཁྱེས་ལྟར་འབྲལ་སྟོན་བྱེད་པར་བསྐྱོད་པའི་དུས་ལྔ་  
ནང་རྫོང་སྤྱིད་གཞུང་གི་ཐབ་ཆང་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཙང་འདི་སྟོ་དུས་ཟིན་པའི་བར་  
གཏོང་ཆེད་དུ་བེད་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་ཁོང་ནམས་ཀྱིས་གཟེགས་སྐབས་ཁོང་ནམས་ཀྱིས་  
ཙང་འདི་བསམ་ཡས་དགོན་གྱི་ཡིན་ཚུལ་བརྗོད། དེ་ནས་ཙང་འདིའི་སྐོར་ས་གནས་འདི་  
གའི་མང་ཆོགས་འགའ་ཞིག་ལ་གོས་རིས་པར་མ་ཟད། ཙང་འདི་དགོན་པར་འབྱུང་དགོས་  
པའི་གོས་མཐུན་བྱུང་། ཕྱི་ཉིན་རྫོས་གར་ཆོགས་པ་བསམ་ཡས་ཁུལ་གྱི་གྲོང་ཆོ་ཞིག་དུ་  
འབྲལ་སྟོན་བྱེད་པར་བསྐྱོད་པའི་གོ་སྐབས་དང་བསྟུན་ནས། ཙང་དེ་ཐབ་ཆང་དེ་ནས་  
བསྐྱམས་ཏེ་བསམ་ཡས་དགོན་པར་ཕུལ། དམངས་ཁོད་ཀྱི་བཤད་རྒྱུ་དེར་བསམས་ན་  
ཡིག་ཆང་དུ་འཁོད་པའི་ཙང་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ཀྱང་པལ་ཆེར་དུས་ཟིང་ནང་བོར་བརྒྱགས་སུ་  
བྱིན་པ་མིན་ནམ་སྟེ།

དེ་ལྟར་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པ་དུས་མཉམ་ལྟ་བུར་ཙང་རིལ་  
བརྒྱད་བཞེངས་པར་གྲགས་པ་ལས། ད་ལྟ་རིལ་བུའི་ཁ་བྱང་ཁག་གཉིས་མངལ་དུ་ཡོད་པ་  
ལས། དགོ་རྒྱུ་ལི་མ་གླིང་གི་རིལ་བུ་ནི། ད་ལྟ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་དབུ་ཅེའི་  
མདུན་ངོས་རྒྱལ་སྐོའི་སྟེང་བོད་ཡིག་བཀོད་པའི་གནའ་བོའི་རིལ་བུ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱལ་བའི་  
བསྟན་ལ་དད་ཞེན་ཆེ་བའི་བཅན་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་བཅན་གྱི་བཙུན་མོ་འབྲོ་བཟའ་བྱང་རྒྱལ་

སྟོན་གྱིས་ཕུལ་བར་གྲགས་འདི་ཉིད་ཡིན་པར་སྤང་། དེ་ཡང་དེལ་བུའི་ཁ་བྱང་ལྟར་ན།  
བཅུན་མོ་འཛོ་བཟའ་བྱང་ཚུབ་སྟོན་གྱིས་བཞེངས་པའི་དགོ་རྒྱས་ལི་མ་སྤིང་གི་དེལ་བུའི་ཁ་  
བྱང་དང་། ཁ་འབྲུག་གཅུག་ལག་ཁང་གི་དེལ་བུའི་ཁ་བྱང་སོ་སོར་སྟོན་ཆེག་ཐ་དད་བཞོད་  
ཡོད་ཀྱང་། དགོ་རྒྱས་ལི་མ་སྤིང་དང་། དབུ་ཅེའི་དེལ་བུ་གཉིས་ཀྱི་ཁ་བྱང་གི་སྟོན་ཆེག་  
གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པས་དེལ་བུའང་གཅིག་ཡིན་པ་རྟོགས་ཐུབ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཐོག་མར་  
དགོ་རྒྱས་ལི་མ་སྤིང་རིག་གསར་སྐབས་ཙུ་གཏོར་ཤུལ་མེད་བཏང་བས། དེལ་བུ་དེ་ཉིད་  
དབུ་ཅེའི་དེལ་བུ་གཏོར་བཏགས་སོང་བའི་ཆབ་རྩ་བཏགས་པར་སེམས་ལགས་ན་དབྱེད་  
བར་འཆལ་ལོ།

### ༡༽ དགོ་རྒྱས་ལི་མ་སྤིང་གི་དེལ་བུ།

#### ༡) རྒྱབ་སྐྱོངས་ལོ་རྒྱུས་དོ་སྟོན།

བསམ་ཡས་དགོན་པའི་ལྷགས་རིའི་ཕྱིར་ཡོད་པའི་དགོ་རྒྱས་ལྟ་ཁང་གི་ཙོང་འབྲེད་ལ་  
གཡོན་སྒྲོར་དུ་བོད་ཡིག་ཡིག་མེད་གཉིས་ཡོད་པ་འདི་ནི་ཁྱི་སྒོར་ལྗེ་ཕུ་བཅན་གྱི་བཅུན་མོ་  
འཛོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་མོ་བཅན་ཞེས་པས་སྟོན་བདག་བྱས་ནས་སྒྲགས་པ་ཞིག་སྟེ། དགོ་རྒྱས་  
ཀྱི་གཅུག་ལག་ཁང་ལ་གསེར་ཟངས་ཀྱི་རྒྱ་ཕིབས་བཀབ་ཅིང་། མཆོད་པའི་ཆེད་དུ་རོལ་  
མོར་ཙོང་བཏགས་པ་འདི་པལ་ཆེར་བྱེ་ལོ་ ༡༤༦ ལོར་བསམ་ཡས་རྫོང་རིང་བཅུགས་པའི་  
རྗེས་སུ་བཅུན་མོ་གསུམ་པོ་སོ་སོས་ལྟ་ཁང་རེ་བཞེངས་པའི་སྐབས་སུ་དེལ་བུ་འདི་ལྷགས་  
སུ་སྒྲགས་པ་ཡིན་ཆོད་འདུག<sup>1</sup>

<sup>1</sup> བོད་ཀྱི་རྫོང་འདི་གོ་དང་དེལ་བུའི་ཁ་བྱང་། མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་། ༡༩༩༤ ལོ། ཤོག་གངས་ ༡༣༤

དེ་ཡང་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤང་ལྟེ་བཙན་གྱི་བཙུན་མོ་འབྲོ་བཟའ་བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་མས་  
བསམ་ཡས་གྱི་ལྷགས་རིའི་བྱེ་རོལ་ནུབ་ངོས་སུ་དགེ་རྒྱས་ལི་མ་གླིང་གི་ལྷ་ཁང་བཞེངས་  
ཏེ་ལྷ་ཁང་དེའི་ནང་མཆོད་པའི་རོལ་མོ་དེའི་བྱེ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྷགས་པ་དེར་བོད་ཡིག་བརྒྱུ་  
པའི་སྒྲོན་ཆེན་ཡོད་པ་དང་། དེ་མཆོངས་བྲག་ཡེར་པའི་ལྷ་ཁང་མདུན་ངོས་ཙོང་ཁང་དུ་དེའི་  
བཞུགས་ཏེ་བྱེ་དེའི་བྱེ་ཆེན་པོ་མི་ཆད་ཅམ་ཟུར་བཙུན་ཡོད་པ་ལ་ཟུར་རེ་ནས་བཟུངས་  
ན་སྐད་མི་འབྲ་བ་རེ་རེ་ཐོན་པ་དང་། དེའི་བྱེའི་འདབ་མའི་ངོས་སུ་བོད་ཡིག་གི་སྒྲོན་ཆེན་  
ཀྱང་བཞེད་ཡོད་པ་དེར་བལྟས་ན་སྐབས་དེ་དུས་ལྷགས་རྒྱག་པའི་ལག་རྩལ་ཆུ་ཆད་མཐོན་  
པོ་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ།



༩༡༽ བསམ་ཡས་དགེ་རྒྱས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་དེའི་བྱེ།



~ 258 ~



སོགས་བཅན་པོ་དེ་ཉིད་སྤྱི་ཚེའི་ཡུན་ཐུང་ཡང་། ཡབ་མེས་ཀྱི་སྤྲུག་རྫེས་དག་མ་ཉམས་གོང་  
དུ་སྤེལ་ནས་སློན་ཚིག་ཕྲུལ་བའི་བྱིས་ཚེན་འདི་ཉིད་བཞེངས་པ་ཡིན་སྟུགས།<sup>1</sup>

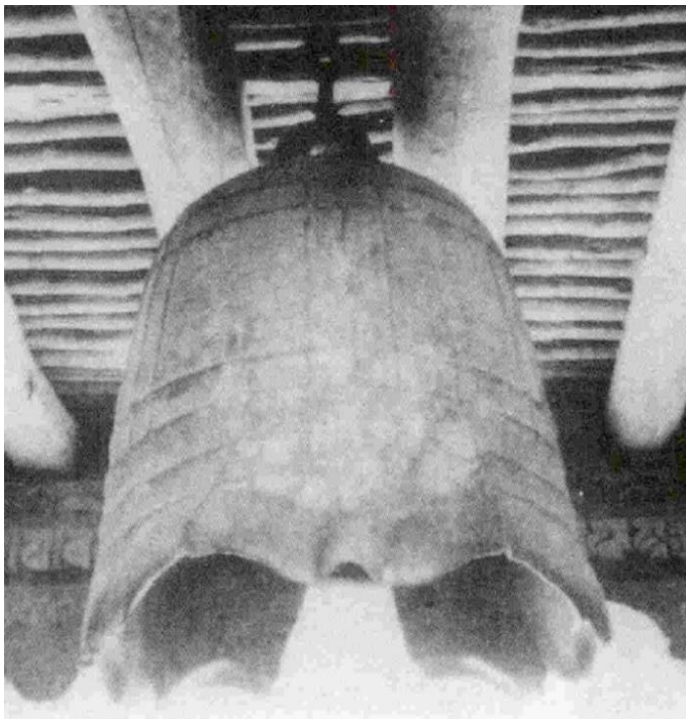
ཇིལ་ཆེན་འདི་ཉིད་དུས་ནས་ཞིག་བཞེངས་སམ་ཞེ་ན། ཇིལ་བྱའི་ཁ་བྱང་ལས། ཁྱི་  
 རྩེ་ཕྱོད་བཅན་གྱི་དུས་xxལྷན་འགྲངས་པ་བཞུགས་སོ་ཞེས་གསལ་བ་ལྟར། བཅན་པོ་ཁྱི་  
 རྩེ་ཕྱོད་བཅན་ཁྱི་པ་མངའ་གསོལ་རྗེས་འགྲོ་བཟའ་ཁྱི་རྒྱལ་པོ་བཅུན་གྱིས་བཅན་པོར་  
 དཔོངས་ཕྱོད་ལྷན་སེར་ཁྱུས་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་ཐོབ་པ་ལྟར་བཞེངས་པ་ཡིག་ཡིན་སྟབས།  
 ཇིལ་ཆེན་འདི་ཉིད་བཞེངས་པའི་པོ་དུས་རགས་ཙམ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ཞིག་སྟེ། བཅན་པོ་  
 ཁྱི་རྩེ་ཕྱོད་བཅན་སྐུ་འཆོ་བཞུགས་གྱི་པོ་དུས་ནི་གྱི་པོ་ ༡༥༡ ལས་ ༡༧༥ བར་ཡིན་པས།  
 ཇིལ་ཆེན་འདི་ཡང་པོ་ངོ་དེ་དག་བར་དུ་བཞེངས་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ།།

ཙུའ་མེད་ཀྱི་རི་མོ་སྤྲོད་མཛོད་པ་ལྟུ་ས་ཁུ་ན། ཁ་འབྲུག་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བྱེ་མ་  
 ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་ལོ་ ༡༩༦༥ བར་ཁ་འབྲུག་དགོན་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་ཀྱང་། དེར་སྐབས་  
 མངལ་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར། རོན་ཀྱང་ཙུང་དེའི་ཁ་བྱང་རྣམས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་གནས་ཡོད་ལ།  
 ཙུང་གི་དབྱིབས་གཟུགས་ཀྱི་བཀོད་པ་རགས་ཅམ་ངོས་འཛིན་བྱུང་བ་ལོང་བཀོད་ལྟར།  
 ཙུང་དེའི་ཁ་པད་འདབ་བྱུག་ཅན་ཏུ་མངོན་ཞིང་། ཙུང་གི་ངོས་ལ་འཕྲེང་གཞུང་གཉིས་ལ་བ་  
 བས་བཅད་དེ། འཕྲེང་ཏུ་བཅད་པའི་བ་མིག་ནང་གཡོན་སྒྲོར་ཏུ་བཅན་པའི་དུས་ཀྱི་གནའ་  
 ཡིག་གི་བྲད་ཆོས་ལྟན་པའི་བོད་ཡིག་གི་ཡིག་ཐེང་གཉིས་ཡོད་པ་དང་། ཡིག་གཟུགས་ནི་  
 དབྱ་ཅན་ཡིན། ཙུང་དེ་བོར་བརྒྱགས་སོང་པའི་རྒྱན་གྱིས་མ་ཡིག་གི་ནང་དོན་གང་ཞིག་  
 ཡིན་མེན་སྐབས་ཤིག་ཤིས་ཐབས་བྲལ་ཡང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལོར་ཨི་ཊ་མིའི་མཁས་པ་  
 ཏུའ་ཆེད་ (1898-1984) ཡིས་མ་ཡིག་དེ་ཐོག་མར་འབྲས་གནང་ཡོད། དེ་རྗེས་རྒྱ་  
 ཞབས་མིའི་མང་ཀྱའི་དང་། ཁྲ་ལེ་ནན་གྱིས་བཅམས་པའི་གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་རྫོང་འཕེལ་

<sup>1</sup> བོད་ཀྱི་གནས་རབས་ཙེང་རྩེ་ཁྱིམ་འཇུག་། བོད་རྒྱུ་རམ་བོད་ཡིག་དཔེ་མཉེན་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ༢༠༡༩ ལོ་ སྟོན་ ༡༡༡

གཤེ་ཞིབ་འཇུག་ཅེས་བའི་ནང་ཐོག་མར་མ་ཡིག་དངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་བའི་སྡེ་ལ་  
མཆོམས་སྦྱར་གནང་ཡོད།

ཅོང་དེར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྐོར་ལ་མ་ཡིག་དེར་ཐོག་མར་ཞིབ་འཇུག་གནང་  
ཞིང་། ཁོང་གི་དཔེ་དེབ་ (A CORPUS OF EARLY TIBETAN INSCRIPTION)  
ཞེས་བར་བཞོད་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ དང་ ༡༩༩༥ ལོར་ཅོང་དེའི་རྩ་སྤྱད་ཀྱི་ཙམ་  
ཡིག་ཅིག་ཀྱང་སྤེལ་ཡོད། མདོར་ན་ཅོང་དེར་ཐོག་མར་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་ནི་ཕྱི་རྒྱལ་  
དང་རྒྱ་ནག་གི་མཁས་པ་ཤག་སྟག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་བོད་རིགས་མཁས་  
དབང་རྣམས་ཀྱིས་དོ་སྣང་དང་ཞིབ་འཇུག་གནང་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་ཐིམ་བའི་ཁ་  
འབྲུག་དགོན་གྱི་དཀར་ཆག་ནང་ཐིམ་བའི་སྐོར་འཁོད་མེད་པ་བཅས་སོ། <sup>1</sup>



༩༩་འབྲུག་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཐིམ་བའི་སྤྱ། ོ

<sup>1</sup> བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ཅོང་ཐིམ་ཞིབ་འཇུག་ ཁོད་སྡེ་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་། ༢༠༡༤ ལོ། ཐོག་ ༡༡༡





### ༡) མ་ཡིག་གི་འབྲུ་འབྲེལ།

དེལ་བྱ་ཆེན་པོ་འདི་ཡང་ལྷ་བཅན་པོ་ཁྱི་ལྷ་སྟོང་བཅན་(སད་ན་ལེགས་མཐིང་ཡོན)ཀྱི་དུས་སུ་  
བཅན་པོ་ལ་སྟོན་སང་ཞུས་ཏེ་གནང་བ་ཐོབ་པ་ལྟར་ལུགས་ནས་བཞག་པ་ཡིན། ལྷའི་རྩ་སྐྱ་  
བར་སྤང་ལ་བྲབ་པ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགེ་བའི་ལམ་ལ་  
འཁོད་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་དེལ་བྱ་འདི་རྩོམ་འབྲོ་བཟང་བྱང་ཚུབ་གསལ་གྱིས་སྟོན་བདག་བྱས་  
ནས་ཀྱའི་དགེ་སྟོང་རིན་ཆེན་གྱིས་ལུགས་སུ་སྒྲགས་པ་ཡིན་ཞེས་འཁོད་ཡོད།

༡༽ དབྱིན་པོའི་གོང་མ་ཆང་གི་ཡ་སྤིང་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་ཅེས་པའི་དབྱིན་ཡིག་བར་གཞིའི་  
ཕྱི་མོ་ ༡༩༥༤ ལོའི་དུས་དེབ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་མཉམ་སྒྲེལ་གྱི་ཤོག་ལྗེ་ ༡༥༠ པར་འཁོད་པར།

དེལ་ཆེན་པོ་འདི་ཡང་ལྷ།  
བཅན་པོ་ཁྱི་ལྷ་སྟོང་བཅན།  
ཀྱི་བྱ་xxལྟན་འབྲེལས།  
པ་བཞག་ས་སོ་སོལ།  
ལྷའི་རྩ་སྐྱ་བར་སྤང་ལ།  
བྲག་པ་དང་འབྲ་བར།

ཡོན་བདག་རྩོམ་བྱང་ཚུབ་གྱིས་  
བཀྱིས་ནས་མཁེན་པོ་རྒྱའི།  
དགེ་སྟོང་རིན་ཅན་གྱིས་སྒྲགས་སོ་  
ཆེལ་གྱི་སྐྱ་ཡོན་དང།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད།  
དགེ་བ་ལ་བསྐྱལ་བའི་བྱིར།

ཁ། བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཞེས་པའི་དེ་ལོན་ཡི་གེའི་  
པར་གཞིའི་དཔེ་དེབ་ཀྱི་སྤྲད་ཆའི་ཤོག་ལྗེ་ ༡༠༣ པར་འཁོད་པ།

དྲིལ་ཆེན་པོ་འདི་ཡང་ལྟ།  
བཅན་པོ་བྲི་ཞེ་སྤྱོད་བཅན།  
གྱི་དུ་xxལྟན་འགྲུགས།  
ལྟའི་དྲ་སྤྱོད་བར་སྤྱོད་ལ།

གྲགས་པ་དང་འདྲ་བར  
ཡོན་བདག་དྲོ་མོ་བྱང་རྒྱུ་གྱིས།  
བགྱིས་ནས་མཁྱེན་པོ་རྒྱུ་གྱིས།  
དགེ་སྤྱོད་རིན་ཅེན་གྱིས་ལྷགས་པོ་

### མཁྱེན་བསྟན།

དེ་ལྟར་རྒྱལ་རབས་ཆོས་འབྱུང་གི་དེབ་ཐེང་དང་། དེས་མེད་ཀྱི་སྤྲེས་ཆེན་དམ་པའི་གསུང་  
འབུམ། གཞན་ཡང་དཀར་ཆག་དང་ཆེག་མཛོད་སོགས་དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་བཅུ་ལྟ་གྱིས་  
གཉིས་ལྷག་ནང་གསལ་དྲོ་མོ་བྱང་རྒྱུ་རྗེའི་མཆོད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དང་མཛོད་པ་རྣམ་ཐར་  
སྤྱོད་བསྟན། བྱང་རྒྱུ་སྤྱོད་ལ་རིགས་སྤྲེས་ཡོད་མེད། དགེ་རྒྱུས་ལི་མ་སྤྱོད་ལྷག་འདེབས་  
ཚུལ་དང་སྤྱོད་དཔོན་གྱི་གཞུངས་མར་སྤྱོད་ཚུལ། འབྲོ་བཟའི་ཁྱིམས་བྱ་རྒྱུ་གཏན་ལ་པལ་  
པ་དང་། ཟས་སྤྱོད་འཕྲེན་པའི་ལག་དཔོན་མཛོད་ཚུལ། གཞུག་ལག་ཁང་གི་དེལ་བུའི་ཁ་བྱང་  
སོགས་ལ་རགས་ཅན་དབྱུང་ཁུལ་ལགས་མོད། དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པས་  
དེགས་དང་འཁྱུངས་ལུལ། ཡབ་ལུལ་གྱི་མཆོད། འཁྱུངས་འདས་ལོ་ཆེགས། གྲུབ་པ་ཐོབ་  
མེན་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྣམས་དེས་པར་དབྱུང་དགོས་པ་ཞིག་ལགས་མོད། དབྱུང་གཞིའི་  
ཡིག་ཆ་ལག་ཏུ་མ་སོན་པས་འཕྲོད་ཐབས་བྲལ་བ་བཅས། རྣམ་གྲུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ་  
པས་བྱེ་ལོ་ ༢༠༢༤ ལྷ་བ་ ༣ ཆེས་ ༡༠ དགེ་བར།

༡༧། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡུམ་གཅིག་འཕགས་མ་ལབ་གྱི་  
སྟོན་མའི་རྣམ་པར་ཐར་བ་ལུང་པོ་གཟན་བརྒྱུར་གྱི་རྣམ་  
པར་བཤད་པ་མཁའ་འགྲོ་བྱེ་བའི་གསང་ལམ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

།གང་པ་སྤྱག་སངས་ཀྱིས་བཅུམས།<sup>1</sup>།

ཡེ་ཤུ་དང་པོ། མ་ཅིག་གི་ཡོ་རྒྱས་བརྒྱས་པ་ཅུང་ཟད་སྟོས་པ།

ལྷ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །མ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མའི་  
ཞབས་ལ་གྲུས་བཏུད་ནས། ལུང་པོ་གཟན་བརྒྱུར་གྱི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ནི། མ་ཅིག་གི་  
གསུང་བཞེན་ཡི་གེར་དགོད་པར་བྱ། དེ་ལ་དང་པོ་མ་ཅིག་གི་ཡོ་རྒྱས་ཟུར་ཅམ་ཞིག་བཤད་  
ན། དེ་ཡང་མ་ཅིག་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་  
པའི་ཡུམ། ལུགས་གྱི་རིགས་རྩོམ་རྒྱ་གི་མ་དེ་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་དགོངས་ནས། རྒྱ་  
གར་སེར་སྐྱའི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་དབང་ལྷག་འཕགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་སྤྱོད་འཁྱུངས་  
ནས། གཞོན་ནུ་སྟོན་ལམ་གྲུབ་ཅེས་བྱ་བའི་མཆན་གསོལ། ཡི་གེའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གྱི་  
འབྲི་སྟོག་དང་། གཞན་རིག་བྱེད་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་ཆེར་མ་དགོས་པར་ཐོས་པ་དང་མཐོང་།

<sup>1</sup> མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་མཛོད་ཆེན་མོ། །༡༧། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་། ༢༠༡༧ ལོ། སྟོག་གངས་ ༡  
ནས་དང་། འཕགས་པོད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེན་མ་དག་གི་རྣམ་པར་ཐར་བ་བརྒྱ་དཀར་པོའི་ཐེང་བ། །༡། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་  
རྒྱུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། སྟོག་གངས་ ༥༤ ནས་ ༣༡༤ བར་བཞུགས་པ་ལས་བཏུས་པའོ།

བ་ཙམ་གྱིས་ཤེས་ནས། ལོ་ལྔ་ཙམ་ནས་ཅི་ལ་ཡང་ཐོགས་པ་མེད་པར་མཐུན་ནས་ཐམས་  
ཅད་གྱིས་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་འབྲུལ་ཞིག་ཡིན་པར་འདུག་ཟེར་རོ། །

དེ་ནས་ལོ་བཅུ་ལོན་པ་ན། བརྗེ་ཏ་བེལ་ལྷ་བའི་བྱང་རྩ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས། མིང་  
ཡང་དོན་གྲུབ་བཟང་པོ་བཏགས་ཤིང་ལོ་གསུམ་ལྷ་མའི་བྱང་རྩ་བསྟན་ནས་སྤྱོད་དང་།  
པར་ཕྱིན་དང་། འདུལ་བ་དང་། མངོན་པའི་སྡེ་སྟོད་རྣམས་ལ་མཁས་པ་སྤྲུལ་ག་  
པར་བྱུང་ནས། ལྷ་མས་ཀྱང་རིགས་ལྡན་ཞིག་ཡིན་པར་དགོངས་ནས། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ལ་  
བསྐྱབས་པས། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ལ་སྟག་པར་མཁས་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ལྷ་མའི་བྱང་རྩ་སྡེ་སྟོད་  
རྣམས་ལ་གསེ་གཤག་ལེགས་པར་བྱས་ཤིང་། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ལ་ཡང་དབྱེ་བསལ་མང་རྩ་  
བྱས། བྱང་པར་ཐུགས་ལ་འཁྱུངས་པའི་རྟོགས་པ་རྣམས་སྤྲུལ་པ་ལ་བྱལ་བས། ལྷ་མ་ཡང་  
ཤིན་ཏུ་མཉེས་ནས་དོན་གྲུབ་བཟང་པོ་ཁྱིད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་དངས་མི་རྣམས་པར་འདུག །དེ་ཁྱིད་ཀྱི་  
བྱང་ཕྱོགས་ཟངས་སྒྲིང་ན་གྱུ་རུ་རྒྱ་བྱ་བ། འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་སྤྲུལ་  
པའི་དཀྱིལ་འཁོར་མངོན་སུམ་རྩ་བཞེངས་པ། སྡེ་སྟོད་ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་ཤིང་། ལོན་  
ཏན་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བཞུགས། དེར་སོང་ལ་སྤྱོད་འདོགས་  
ལེགས་པར་ཆོད་ལ་གསང་སྟགས་སྤྲུལ་ན་མེད་པ་ཉམས་སུ་ལོངས་ལ་གྲུབ་པ་བརྟེན་པར་  
གྱིས་དང་། ཁྱིད་སེམས་ཅན་མང་པོ་ལ་པན་ཐོགས་པ་ཞིག་འདུག་གསུངས།

དེ་ནས་སོང་སྟེ་གྱུ་རུ་རྒྱའི་བྱང་རྩ་ཕྱིན་ནས། དེ་སྟོད་ལྡན་རྩ་གཟིགས་ནས། བདེ་  
མཆོག་ལྷ་བྱུག་ཅུ་ཙམ་གཉིས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་མདུན་ཀྱི་ནམ་མཁར་སྤྲུལ་ཏེ། དབང་བཞི་  
རྟོགས་པར་བསྐྱུར། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་རྩ་  
བཟོད་པ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་བྱུང་། ལོ་གསུམ་ལྷ་མའི་བྱང་རྩ་བསྟན། མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱོད་འདོགས་ཆོད་པར་བྱས། བྱང་པར་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་རྟོགས་ལ་མཁས་  
ཤིང་གྲུབ་པ་བརྟེན་པར་བྱས། དེ་ནས་ལྷ་མའི་ཞལ་ནས་ཁྱིད་རྟོགས་ཀྱི་བྱང་རྩ་སོང་  
དང་། ལྷ་སྟེགས་པ་འདུལ་དགོས་པ་ཡོད། ཁྱིད་མིན་པ་ཙུང་རྣམས་པ་སུ་ཡང་མི་འདུག་



གསུངས་ནས། ལོ་བཅུ་དྲུག་དུས་སུ་དོ་རྩེ་གདན་དུ་ཕྱིན་ནས་སྤྲེགས་པ་དང་བཅད་པས་  
སྤྲེགས་པ་པམ་ནས་འབྲུམ་ཆོ་གཅིག་ནང་པའི་སྤེལ་བཅུད། དོ་རྩེ་གདན་དུ་ལོ་བཞི་  
བསྟུན། དེ་ནས་རྩེ་བཅུན་མ་སྒྲོལ་མས། བོད་དུ་འགྲོ་དོན་ལ་འགྲོ་དགོས་གསུངས་ནས།  
སྐྱུ་བ་པ་སྐྱར་དུ་གྲིས་ཤིག་གསུངས། དེ་ནས་གནས་འགྲིམ་ཞིག་བྱེད་དགོས་དགོངས་ནས།  
བྱང་པོས་སྤྲེག་པས། དུར་ཁྲོད་ཅིག་དུ་ཕྱིན་ནས་དེར་ཉལ་ཅམ་ན། དུར་ཁྲོད་ཀྱི་མཁའ་  
འགོ་མ་རུས་པའི་རྒྱན་དང་གི་གྲུག་ཁ་རྒྱ་ཐོགས་པ་ཞིག་གིས། ཁྲོད་པའི་དུར་ཁྲོད་འདི་མིན་  
པ་ཉལ་ས་མེད་པ་ཨེ་ཡིན་ཟེར་ནས་ཆོ་འཕྲུལ་ཡ་མ་བྱུང་མང་པོ་བསྟར། ཁོང་གིས་ཉིང་རེ་  
འཛིན་གྲིས་གཟེར་བས། མཁའ་འགོ་མ་དེས་སྟོག་སྟོང་ཕྱུལ་ཉེ་དམ་བཅའ་བྱས་སོ། །

དེའི་ཐོ་རངས་ནམ་མཁའ་ལ་བདག་མེད་མ་ལྟ་མོ་བཙོ་ལྷའི་ཞལ་གཟིགས་ནས།  
ནལ་འགྱུར་པ་ཁྲོད་པོ་ཉ་རིང་སོང་ལ་སྐྱུ་བ་པ་སྐྱར་དུ་གྲིས་ལ་བོད་དུ་གཤེགས་ཤིག་  
གསུངས་ནས་འཇའ་བཞིན་ཡལ་ནས་ཐལ། དེ་ནས་སྤྲེགས་དགོངས་ལ་ང་ལང་ཆོ་རྒྱུང་བས་  
སྐྱུ་བ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་བྱེད། སྐྱུ་བ་པ་གང་ལ་བྱས་ན་མཐར་ཕྱིན་པ་འོང་བསམ། བོད་  
དུ་ཁྲོད་འདུལ་བ་ཡང་དཀའ་བས། གང་གི་སྟོན་ནས་འདུལ་དགོས་པ་ཡང་ཆ་མེད་དམ་  
སྟམ་ཅ། བོད་དུ་ནམ་ལངས་བན་བྱུན་དུས་སྐྱེ་འབྲུལ་ཆེན་མོའི་མ་རྒྱ་མ་ཡ་ལྟ་ལྟ་བུའི་ནམ་  
ནལ་འགྱུར་པ་ཁྲོད་པོ་ཉ་རིའི་བྲག་ཕྱག་རྩ་བ་པ་སོང་ལ་སྤྲེགས་སྐྱུ་བ་ནག་མོ་ལྟ་ལྟ་བུའི་སྐྱུ་བ་པ་  
གྲིས་དང་། སྐྱར་དུ་འགྲོ་བ་འདུལ་དགོས་པས་བཙོན་འགྲུས་སྐྱར་དུ་སྟེད་ཅིག་གསུངས་  
ནས་འོད་དུ་ཡལ་ནས་ཐལ་སོ། །

ནམ་ལངས་ཅ་ན་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་མཁའ་འགོ་མ་དེས་ངས་ཁྲོད་ཀྱི་ལམ་མཁན་བྱེད་དོ་  
ཟེར་ཉེ། མཁའ་འགོ་མ་དང་འགྲོགས་ནས་རྒྱང་མགྲོགས་གྲིས་སོང་བས་ཐོགས་པ་མེད་པར་  
རྩ་བ་ཡི་སྤྲེག་པར་ཕྱིན་ནས། རྩེ་བཅུན་མ་ལྟ་ལྟ་བུ་བསྐྱུ་བས་པས། ཞག་བཅུ་བཞི་ནས་སྤྲེག་  
མོང་གི་དངོས་གྲུབ་བྱུང་། རྩེ་བ་གཅིག་ནས་སྤྲེག་ལྟ་ལྟ་བུའི་ཞལ་གཟིགས་ཉེ་ཡེ་ཤེས་  
གསང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་དབང་བཞི་རྩོགས་པར་བསྐྱར་ནས། བོད་དུ་འགྲོ་བ་འདུལ་བ་

ལ་སོགས་པ་ལུང་བསྟན་མང་དུ་མཛད། མཐར་འོད་དུ་བྱ་ནས་རང་གི་སྤྲུགས་ཀར་ཐེམ་པའི་  
 ཚུལ་བསྟན། དེ་ནས་རྒྱ་བ་གཅིག་ཙམ་ རྗེ་བཙུན་མ་སྒྲོལ་མ་བྱོན་ནས་བོད་དུ་ལུང་བསྟན་ཅིང་  
 རང་གི་སྤྲིང་ཀར་ཐེམ། དེ་ནས་ཡར་འོའི་ཆེས་གསུམ་ལ་མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་  
 ལུང་བསྟན་དང་རྗེས་སུ་གནང་བ་དང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་མང་པོ་མཛད། ཆེས་བརྒྱད་ལ་  
 རྒྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་དང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་མཛད། ཆེས་བཅུ་ལ་བརྒྱ་  
 བརྒྱ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་བྱོན་ནས་ཆོས་ཀྱི་དྲི་བ་མང་དུ་མཛད་པ་ལ་མ་ཞེས་  
 པ་ཡང་མ་བྱུང་ཞིང་། ཏྲ་པག་གསང་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཞལ་ཕྱེ་ནས་དབང་བསྐྱར་ཅིང་  
 ལུང་བསྟན་བོད་དུ་མཛད། མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པ་ལུལ་ཞིང་བོད་དུ་འགྲོ་བར་  
 གསོལ་བ་བཏབ་པོ། །

ཆེས་བཅུ་ནས་བཅུ་བཞིའི་བར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བོད་དུ་སྐྱར་དུ་འགྲོ་  
 དགོས་པར་རིམ་བཞིན་བསྐྱུལ། ཆེས་བཙུང་ལྔའི་ཐོ་རངས་སྤྲ་བ་ལ་མཁའ་འགྲོ་མ་མཐིང་ནག་  
 རུས་པའི་རྒྱན་ཐོགས་པ་ཁ་ལྷོ་དང་གི་གྲུག་འཕྱར་བ་ཤིན་ཏུ་ཁྲོས་པའི་གཟུགས་ཅན་ཞིག་  
 གིས། དགོང་མོ་ཉི་ཤུའི་དུས་ཡིན་ནལ་འབྱོར་བ་བོད་དུ་འགྲོ་བའི་སྤྲུགས་སྤྱིད་ཅིག །རས་  
 ཁྲོད་བསད་ཀྱིས། རྣམ་ཞེས་པའི་སྤྲུགས་ཀར་སྐྱར་བར་སྦྲིམས་ཤིག་གསུངས་ནས། གི་  
 གྲུག་གདེངས་ནས་གསོད་པའི་ཚུལ་མཛད། རྣམ་ཞེས་མཁའ་འགྲོ་མ་ལ་བསྦྲིམས། གདུང་  
 མི་ཉམས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས། མཁའ་འགྲོ་མས་ལམ་མཁའ་བྱས་ཏེ་སོགས་པ་  
 མེད་པར་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལ་བ་བྱེ་བའི་ར་བ་གངས་བར་དུ་བྱིན་ཏེ། ཡུམ་གྱི་སྦྱུམས་སུ་ཏྲ་  
 ལོ་རྒྱུ་བ་ལྔ་པའི་ཆེས་བཙུང་ལྔ་ལ་ཞུགས་སོ། །

དེའི་ཡུལ་དང་ཡབ་ཡུམ་ནི། ཡུལ་ལ་བ་བྱེ་བའི་གངས་བར་ངམ་འོད་བྱ་བའི་  
 སྤྱད་དུ། ཁྲོང་ཁྲོང་མཆོ་མེར་བྱ་བའི་རྗེ་པོ། འཕྲོག་མི་ཞེས་པ་ནི། དཔོན་པོ་འཕམ། གཙོ་  
 པོ་འཕམ། ཁས་ཀན་ནལ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཞེས་པ་ནི་ཡབ་ཡིན་ནོ། །ཡུམ་ནི་སྤྲུག་པོ་ཆང་གི་བྱ་  
 མོ་འབྱུང་ལྷུ་བ་བྱ་བ་ཡིན། ཡབ་ཡུམ་འདི་གཉིས་རིགས་མཐོ་ཞིང་གཟུགས་ལེགས་ཤིང་

འཕྲོར་བ་ཆེ་བ། རང་རྩལ་དལ་ཞིང་མི་སྡེ་དང་འཁོར་འབངས་ལ་ཤིན་ཏུ་བྱམས་པ། ཅི་བྱེད་  
ཐམས་ཅད་ཆོས་དང་མཐུན་པར་སྟོན་ཅིང་། ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལ་གཏོང་ཞིང་དགོན་  
མཆོག་ལ་དད་ཅིང་། ལྷག་པར་དགེ་འདུན་གྱི་ཞབས་ཏྲིག་ལ་རེས་པ། རང་གིས་ཀྱང་ཆོས་  
སྤྲ་ཞིང་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིང་། གཞན་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སློབ་པའི་  
བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའི་རིགས་བཟང་ཤོས་ཀྱི་ཇོ་བོ་དང་ཇོ་མོ་ཡིན་ཏེ། སྲོང་ཆོ་སྲོང་བ་ལྷ་  
བརྒྱ་ཅམ་ལ་དབང་བསྐྱར་རོ། །

ཡུམ་གྱི་སྤྲུམས་སུ་ཞུགས་པའི་དུས་ཀྱང་། ཆོས་བཙེ་ལྡེ་ནམ་བྱེད་ཡོལ་བའི་དུས་  
སུ་མཁའ་འགོ་མ་དཀར་མོ་བཞིས་བྱམ་བ་དཀར་པོ་བཞི་བཟུང་ནས་བྱང་བས། ལུས་མགོ་  
མཐུག་ཁྲབ་པར་བྱམ་རྩུས་བཀྲས་པས་དྲངས་སངས་ཀྱིས་ཐལ་བ་མིས། མཁའ་འགོ་མ་  
དཀར་མོ་དང་། དམར་མོ་དང་། སེར་མོ་དང་། ལྗང་མོ་བདུན་བདུན་རེས་མཆོད་པ་མང་  
པོས་མཆོད་ཅིང་། ཡུམ་མཆོད་དོ་དེད་ཀྱི་མ་ལ་བཞུགས་པར་ཞུ་ཟེར་བ་མིས། མཁའ་འགོ་  
མ་མཐིང་ནག་ཁྲིས་པའི་ཆ་བྱང་ཅན་དུས་པའི་རྒྱན་དང་གི་གྲུག་འཕྱར་བ་ཞིག་ལ། མཁའ་  
འགོ་སྟོན་མོ་ནམ་མཁའི་མདོག་འབྲུ་བ་གི་གྲུག་ཐོད་པ་བསྐྱམས་པ་བཞིས་བསྐྱོར་བ་བྱང་  
ནས། མཁའ་འགོ་མ་བཞི་སྟོན་རྒྱབ་དང་གཡས་གཡོན་དུ་བྱང་ནས་ལངས་ཏེ་འཛིགས་རྩལ་  
སྟོན། མཁའ་འགོ་མ་མཐིང་ནག་དེས་ནམ་མཁའ་ནས་གི་གྲུག་དེ་བྱང་གི་དཀྱིལ་དུ་གདེངས་  
ཏེ། ཁྱོད་ཀྱིས་མ་རིག་པའི་ཐུན་སྡིང་དེ་བྲངས་ནས་དེད་ཀྱིས་ཟོ་ཟེར་ནས། བྱང་བྱེ་སྟེ་སྡིང་  
བྲངས་ནས་ཁྲག་དམར་ཅ་ར་ར་འཛིག་ཅིང་མདུན་གྱི་མཁའ་འགོ་མའི་ཐོད་པར་བརྟུག་ཅིང་  
དེས་གཏུབ་ཅིང་ཀུན་གྱིས་གསོལ།

གཙོ་མོའི་བྲུག་དུ་དྲུང་དཀར་གཡས་སུ་འབྲིལ་བ་ཞིག་བསྐྱམས་པ་འབྱུང་བས་  
འཛམ་གླིང་ཀུན་དུ་ཐོས་སམ་སྐྱམ་ཅམ་གྲགས། དྲུང་གི་ལྷེ་བར་ཨ་དཀར་པོ་ཐོད་ལྷ་འབར་  
བ་ཞིག་སྤང་བའི་དྲུང་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་སྡིང་ཆབ་དུ་གཏང་ཟེར་ནས། སྡིང་གི་མལ་དུ་སྤྲས། བྲུགས་  
ཀ་ནས་ཐོད་ཁ་དོག་སྤྲ་ལྷ་འབར་བ་ཞིག་སྤྲི་བོར་ཐིམ་སྐྱམ་པའི་སྤང་བ་བྱང་། སྟོན་མོ་བཞིའི་

འོད་གྲིས་ལུས་ཐམས་ཅད་བྱུང་བར་བྱས། སྤྱོད་མོ་བཞི་འོད་དུ་བྱུངས་ནག་མོ་ལ་ཐེམ།  
ནག་མོ་ཡང་ནམ་མཁའ་འོད་གྲིས་གང་བའི་གསེབ་དུ་ཐལ་སྒྲིམ་པའི་སྤང་བ་བྱང་། དེ་  
ནམས་ལ་བྲེད་པ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་མ་བྱང་ཞིང་། སྤྱིང་བཏོན་ཀྱང་ན་ཆ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་  
བ་མེད་པས། ཉམས་དགའ་བ་དང་། ལུས་སེམས་བདེ་བ་དང་། ཤེས་པ་གསལ་བ་དང་།  
སྤང་མི་འདྲ་བའི་བདེ་བ་མང་པོས་རྒྱས་པ་མིས་པས། རྣལ་མད་ཀྱང་བདེ་བ་འདྲ་མོད། དེའི་  
བྱི་ཉིན་ཉི་མ་བདལ་ཅ། ཁྱོད་དུ་ཡོད་པའི་བྱད་མེད་ཨ་སྤྲད་བྱ་བ་ཞིག་བྱང་ནས། ངས་དཔོན་  
ཆང་ལ་མི་ལམ་བཟང་པོ་བསྐྱལ་འོང་གི་ཟེར། ཤོག་བྱས་པས་མཆོད་ཁང་ཆེན་མོར་བྱིན་  
ནས་ང་ལ་མི་ལམ་ངོ་ཆོག་པ་ཞིག་ཡོད། བྱིད་དཔོན་ཆང་ལ་མི་རབས་མང་པོ་ལ་བསོད་  
ནམས་ཉམས་པ་མེད་ཅིང་། བསོད་ནམས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཞིག་འོངས་འདུག་ཟེར་  
བས། རྫོ་མོས་མདང་དེ་རང་ཡང་ཐང་སྤྱི་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་བྱང་བས། ལུས་སེམས་དང་  
སྤང་བ་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་ཡང་དགའ་ཞིང་བདེ་བ་ཞིག་ཡོད་པས། ཨ་སྤྲད་འདིས་ཅི་འདྲ་ཞིག་  
མིས་ཡོད་སྒྲིམ་ནས། དཔོན་ཆང་བྱོན་པས། མོ་ལ་ཀ་འབབ་བཟང་པོ་བྱིན་པས། ད་ལོད་  
བྱས་པས་མདང་ཐོ་རངས་ཁའི་དུས་སུ་རང་རེའི་མཁར་འདི་འདི་བས་སུམ་འགྱུར་གྲིས་  
མཐོ་ལ་གསེར་འབྲུ་དེ་ཡང་སུམ་འགྱུར་གྱི་མཐོ་བའི་ཅེ་མོར། གསེར་གྱི་རིམ་པ་གསུམ་  
འཁོར་བའི་ཕྱོགས་བཞིར་དཔུལ་གྱི་མེ་ལོང་རྒྱ་བ་གདུགས་ཅམ་བཞི་རྒྱང་གིས་བསྐྱོད་པའི་  
འོད་གྲིས་ཡུལ་ཁམས་ཀུན་གསལ་བདོ། ཕྱོགས་བཞིར་མཁའ་འགྲོ་མ་ཡིན་ཟེར་བའི་བྱ་མོ་  
བཞིས་དྲུང་དཀར་བཞི་འབྱུང་པས། སྤྱིང་བཞིར་ཐོས་པ་ཅམ་དུ་གྲགས་བདོ། ཁང་པའི་ཟུར་  
བཞིར་བ་དན་དཀར་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་རྒྱང་གིས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་སུ་གཡལ་བདོ། བ་དན་གྱི་  
མགུལ་དུ་མར་མེ་མང་པོ་བསྐྱིགས་པས་བསྐྱོར་བ་ནམས་ཆེར་འབར་ཞིང་ཐམས་ཅད་  
གསལ་བར་སྤང་། རྣམ་མཁའ་ནས་འོད་མང་པོ་མར་ལ་ཟུག་སྤང་། དེ་ནས་ང་ཡང་འདིའི་  
ཁང་གཉའ་ཡ་ཏ་དེར་སྤང་བས། བྱ་མོ་དྲུང་འབྱུང་བ་ཞིག་ལ། འདིར་ཅི་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་  
པས། བྱ་མོ་དེས་འདི་ཡུམ་བཞུགས་ས་ཡིན་ཟེར་རོ། །མཆོད་ཁང་ནང་དུ་རོལ་ཆ་མང་པོ་དེ་

རི་རི་གྲགས་པ་དང་། འདི་ན་ཅི་བྱེད་པ་ཡིན། ཡུམ་དེ་སྤྲུལ་ཟེར་བ་ཡིན། བར་དུ་འགྲོ་ས་  
ཉིད་དམ་སྙམ་ནས་འགྲོ་བའི་སྤྲུང་བ་བྱུང་ན། རྣམ་སད་ཟེར་རོ། །

གཞན་ཡང་མི་ལམ་མིས་པ་བཟང་ཟེར་བ་མང་པོ་བྱུང་ངོ་། །ཁོང་རང་གི་སྤྲུལ་མོ་  
ལོ་བཅུ་དྲུག་ལོན་པའི་འབྲུམ་མེ་བྱ་བས། དེ་རུབ་འོད་དཀར་པོ་ཞིག་ནམ་མཁའ་ནས་མའི་  
སྤྲེད་དུ་ཟུག་པས། ཁྲིམ་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་མཐོང་། ཡང་དུ་མོ་ལོ་བརྒྱད་པ་ཙམ་ཞིག་  
གིས་རྫོང་ཞིག་བཟུང་ནས་བྱུང་བས་ཨ་ཅེ་བདེའམ་ཟེར། གང་ནས་འོངས་བྱས་ན། པོ་ཏ་རི་  
ནས་འོངས་ཟེར། པོ་ཏ་རི་གར་ཡོད་བྱས་པས་རྒྱ་གར་ན་ཡོད་ཟེར། ཁྱོད་སྤྲུལ་ཡིན་བྱས་པས།  
ང་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཤེས་སམ། སྤྲོལ་མ་ཡིན་ཟེར་ཏེ། བདེན་ནམ་མི་བདེན་སྙམ། དེ་བསྙམ་པས་ཏེ་  
གཟུང་ངོ་སྙམ་ན། མའི་བར་དུ་བློས་ནས་ཐལ་བ་མིས། དེ་ནས་གཉིད་སད་ཟེར། དེ་ལ་  
སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྲུལ་མང་པོ་བྱུང་། ཡུམ་ཡང་ལོ་བཞི་བཅུ་ཙམ་བརྒྱད་ལ་བྱོན་ཀྱང་  
གཉེར་མ་སོང་གཞོན་ཤ་རྒྱས་ཤིང་བཀྲག་མདངས་དང་ལྡན་པ་བྱུང་བས། མི་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་རྫོམ་འབྲུམ་ལྷུ་མ་འདི་ཆོས་ལ་དཀར་བས་ཆོས་བྱས་པའི་བྱོན་རྒྱབས་ཀྱིས། ད་ནི་  
ཕྱིར་གཞོན་ནས། དཔོན་མོ་འབྲུམ་མེ་ཡུམ་སྤྲུལ་གཉིས་ལ་ཁྱད་མི་འདུག་ཟེར་བ་བྱུང་།  
ཡུམ་ཡང་ལུས་ཡང་ཞིང་སྤྲང་སེམས་བདེ་བས་མི་ལམ་དུ་དག་པའི་སྤྲུང་བ་བསམ་གྱིས་མི་  
ཁྱབ་པ་བྱུང་བ་དང་། མཆོན་མོ་ཡང་མེ་རུ་གསལ་བ་བཞིན་ཡུལ་སྤང་ཐམས་ཅད་སྤྱིབ་མེད་  
དུ་མཐོང་བ་དང་། གཞན་གྱི་ལེགས་ཉེས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྲུལ་པ་རེ་ཙམ་ལ་ཤེས་པ་ཡང་  
བྱུང་བས། རྫོམ་མི་ལམ་རྣོ་བར་འདུག་ཅེས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཏགས་སོ། །

དེ་ནས་ལུག་ལོ་རྩ་བ་གཉིས་བ་ཡོས་བྱ་རྩ་བའི་ཉི་ཤུ་ལྷ་ནས་ཨ་བཟངས་པ་དང་  
ཏ་རི་ནི་ས་འདོན་པ་ཡུམ་ཀྱིས་ཆོར། ལུག་ལོ་རྩ་བ་གསུམ་པའི་ཆོས་བཅུ་གསུམ་གྱི་ནངས་  
བར། ཨ་མ་ཟེར་ནས་འཛོད་དེ། འདི་གོས་ནི། རས་གོས་དཀར་པོ་གསར་པ་སྤྲོས་དང་གྲུ་  
གུལ་གྱི་བདུག་ཅིང་རི་བཟང་གིས་སྤྲུགས་པ་ལ་བྱེད་དོ་ཟེར་བ་བྱུང་ནས། རས་དེ་བཞིན་དུ་  
ཆགས་བྱས་སོ། །དེའི་ཆོས་བཙུ་ལྷའི་ཐོ་རངས་སྤྱུ་རེངས་ཤར་ཙམ་ན་སྤྱུ་བལྟམས་པས། རི་

བཟང་དང་སྤོས་དུད་ཀྱིས་བྱིས་གང་བ་དང་། འོད་ཀྱིས་གང་བ་དང་། རོལ་མོ་མང་པོ་ནམ་  
མཁའ་ལ་གྲགས་པ་དང་། མེ་ཏྲོག་གི་ཆར་བབས་པ་དང་། དུལ་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དཔོན་  
ཆོང་གིས་ལྷ་རྒྱལ་ལ་མཆོད་པ་སྤུལ་བས། མེ་ཏྲོག་གི་ཆར་དང་། འཇའ་འོད་དང་། རྒྱལ་  
མཁའ་ལ་སྒྲ་སྒྲན་པ་མང་པོ་སྒྲོགས་ཟེར་ཞིང་ཕྱག་བྱེད་དོ། །

དེ་ནས་སྐྱུ་བལྟམས་མ་ཐག་ཏུ་འཇའ་འོད་ཀྱི་ནང་དུ་ཞབས་བརྒྱར་བསྐྱུ་ཀྱིས་  
འདུག་སྟེ། ཨ་མ་ཁམས་བདེའམ་ཟེར་ཞིང་ཨ་བགྱང་ངོ་། །སྟེ་སྟེང་དུ་རྫིང་མར་པོ་འོད་ཟེར་  
འབར་བ་ཞིག་འཁོར་བའི་ཚུལ་དུ་སྒྲང་། དཔལ་བར་མིག་ཅིག་སྒྲང་བ་ལ་འོད་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྔ་  
རྟའི་རྩ་འཇག་ཅམ་ལྔ་འཇའ་བཞིན་གཤིབ་པ། སྤྱི་པོའི་གཙུག་ཏུ་འོད་དཀར་པོ་མཐེུ་ཆུང་  
གི་ཅེ་ཅམ་ཞིག་ལ་ཨ་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་མཆོན་པ་ཨ་དེ་ལ་ཟུག་ནས་སྒྲང་། དེ་ཨ་ཅེ་  
འབྲམ་མེས་རས་ཀྱིས་ལྷིབ་སྟེ་བར་དུ་བྲངས་ནས་ཡུད་ཅམ་ཞིག་རེད་པ་དང་། སྟེ་སྟེང་གི་  
རྫིང་ལྔ་ལ་རུབ་ནས་མི་མའོན་པ་གྱུར། དེ་ནས་མར་དཀར་དང་། རྒྱལ་མོ་ཀ་ར་སྒྱར་ནས་  
བྱོན་པས་བྱིར་སྒྱར་ནས་ཟ་མ་འདོད་ནས། སྤྱོད་གསུམ་ཁྲ་ཟེམ་མེ་ནམ་མཁའ་ལ་གཟིགས་  
ཏེ། དར་ཅམ་ཞིག་ནས་སྤྱི་པོའི་འོད་མར་རུབ། དཔལ་བའི་སྤྱན་གྱི་འོད་ལྔ་ཡང་སྤྱན་ལ་པར་  
ཟེམ་པ་དང་། དེ་ནས་མགྱོན་པ་མར་ཆུང་བད་བཀྱག་སྟེ། ཨ་ཅེ་འབྲམ་མའི་གདོང་ལ་འིག་  
གེ་གཟིགས་སོ། །

དེ་ནས་དར་ཅིག་ཅམ་རྒྱན་བརྟེན་མར་བྱོན་པ་ལེགས་པར་ཐོས་ནས། སྟེ་སོས་  
ཤད་ཀྱིས་བྱས་ཤིང་ཡུམ་ལ་བལྟས་ཏེ་འཇུམ་པ་བྱས། དེ་ནས་ཨ་ཅའི་བར་དུ་གཉིད་དུ་ཐལ།  
ཡུམ་ལ་མ་གཞིན་ཅིང་བདེ་བ་དང་དགའ་བ་རྒྱས་སོ། །ནངས་བར་ཁྲ་ས་ལེ་ཨ་ཅེ་ལ་བལྟས་  
པས། འབྲམ་མེས་མ་ལ་འཁོད་དེ། ཨ་མ་བྱ་མོ་འདིས་ང་ལ་བལྟས་ནས་མིག་གསུམ་དང་  
མཛེས་པ་ལ་རང་རེ་ལ་ཨེ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་དོ་ཟེར་ནས་དགའ་ཆོར་ཆེན་པོ་བྱས་སོ། །དེ་  
ནས་ཡབ་འོངས་བདོ་ཟེར་བ་ཐོས་པས། འབྲམ་མེས་བྱ་མོ་དེ་སྤོའི་ཟེར་ནས་མོ་རང་གི་རས་  
གོས་སུ་འིལ་ཏེ་སྒྲོ་སྤྲེལ་གྱི་གྲིབ་ཏུ་བཞག་གོ། །ཡབ་མཆོད་ཁང་དུ་བྱོན་པ་དང་། འབྲམ་

མེས། དཔོན་ཚང་ལགས། ཨ་མ་ལ་བྱ་མོ་ངན་པ་མིག་གསུམ་ཡོད་པ་ཞིག་བཅས་ཏེ་འཛོར་  
རམ་བྱས་པས། ཡབ་ཀྱིས་གར་ཡོད་ཁྱེར་ལ་ཤོག་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་འབྲུམ་མེས་བྱ་མོ་སྦངས་ཏེ་ཡབ་ཀྱི་རྩར་ཁྱེར་བས། ཡབ་ཀྱིས་ལེགས་  
པར་བརྟགས་ནས། བྱ་མོ་འདིའི་མིག་དབྱུས་མའི་དཀྱིལ་དུ་ཨ་དཀར་པོ་སྦྱས་བྲིས་པ་ཅམ་  
ཅིག་འདུག་ཅིང་ཕྱག་གི་ཆོགས་བར་མ་ཆད་པར་བྱ་བར་འབྲེལ་ཅིང་། སེན་མོ་རྣམས་ཅུང་  
ཟད་དམར་ལ་ཉ་ཕྱི་ལྟར་འོད་སྤྲོ་ཆོགས་པ་འཇའ་འོད་ལྟར་གསལ་བ་ལ་ཨོ་ཨུལྱུ་གིས་  
མཆན་པའི་ཡི་གེ་གསུམ་འཆར་བའོ། །མཁའ་འགོ་མའི་མཆན་རྟགས་ཐམས་ཅད་ཆང་བར་  
འདུག་པས། བྱ་མོ་འདི་ལེགས་པོར་ཉ་ར་གྱིས། འབྲུམ་མེ་ཁྱོད་ཀྱིས་བྱ་མོ་འདི་སྒྲོར་མ་  
འཁྱེར་གྲོང་ཁྱེར་དུ་མ་རྒྱག་ལ་བྱ་མོ་དེ་པར་ཞིག་ཟེར། དེ་ནས་ཉ་ར་ལེགས་པོར་བྱས་པས་  
སྟེང་ཡིན་ཏུ་ཆེ་བ། ལོ་གསུམ་ལོན་ནས་ཡིག་བྲུག་དང་། ཏཱ་རེ་དང་། རྩི་དང་། ཨུ་དང་། ག་  
ཏེ་དང་། ཉ་རེ་ནི་ས་རྣམས་འདོན་ཅིང་མཆོད་ཁང་གི་ལྷ་ལ་ཕྱག་བྱེད་པ་ལ་བཙུན། ལོ་ལྷ་  
ནས་ཡུམ་གྱིས་ཡི་གེ་བསྐྱབས་ཏེ། བན་བསྟན་པ་ཅམ་གྱིས་ཡི་གེ་ལ་མཁས་པར་བྱུང་ནས།  
ཁོང་རང་གི་མཆོད་གནས་རྫོང་མོ་དམ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ། ཡིག་ཆེན་ཐམས་ཅད་སྟོབ་ལྷས་  
པས། ལོ་བརྒྱད་ལོན་ཅ། ཤོག་ཐོག་གི་ཡི་གེ་ལ་མཁས་ཤིང་། ཉེར་རེ་ལ་བརྒྱད་སྟོང་པ་ཆར་  
གཉིས་སྟོག་ཐོན་འོ། །

མཆོད་གནས་ན་རེ། རྫོང་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་མོ་འདི་རང་རྒྱད་པ་མ་ཡིན་བུང་། མཁའ་  
འགོ་མ་བཟང་མོ་ཞིག་ཡིན་པར་འདུག །ངས་ནི་མོའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྩེ་མི་ནོན་པར་སྤང་།  
འདིའི་ཤེས་རབ་ནི་ནགས་ཆེན་པོ་ལ་མེ་མཆོད་པ་བཞིན་འབར་བའོ། ཤེས་རབ་སྟོན་མེ་  
ཞེས་མིང་ཐོགས་ཤིག་ཟེར། ཡུམ་གྱིས་ཀྱང་སྤར་སྟོན་ཆེ་མ་མིང་བྱས་པས། དེ་ནས་མི་སྡེ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྫོང་མོ་འབྲུམ་ལྷུ་ལ་བྱ་མོ་མིག་གསུམ་དོད་པ་ཞིག་ཡོད་ཟེར་བ་ཐོས་པས།  
ཐམས་ཅད་གཟིགས་མོ་ལ་འོངས་ཏེ། མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཡིད་ཆགས་ཤིང་སྟོན་ཅིང་སྟན་པ་  
སྟོགས་སོ། །ཡུམ་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཨ་སྟོན་ཆེ་འདི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྦྱལ་པ་ཡིན་པར་

ངེས་ཟེར་ཞིང་། གྲུན་གྱིས་བྱལ་དང་བྱིན་རྒྱལ་སོ། །འབྲུམ་མེ་ཡང་དགོ་བཤེས་ཨ་  
སྟོན་བྱ་བ་ལ་སྐྱ་སྤངས་ཏེ་བཙུན་མ་བྱས་པས། མིང་ཡང་སྟོན་མཆོ་རིན་ཆེན་འབྲུམ་  
བཏགས། མཁས་པས་གྲ་ཐོག་ཆོད་ཞིག་བྱང་ངོ་། །

དེ་ནས་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོས་སྟོན་མོ་ཆེན་མོ་བཤེས་ནས། ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་བ་རྒྱལ་  
མཆོན་དང་། རོ་མོ་འབྲུམ་ལྷུ་མ་གཉིས་ལ། བྱ་མོ་རྩུང་བ་དེ་ཁྲིར་ལ་ཤོག་ཟེར་ནས་མངག་  
བཞུད་པ་བཏང་བས། ཆོས་རྒྱ་ཡབ་ཡུམ་དཔོན་གཡོག་ཉི་ཤུ་ཙ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོན་ཆེ་ཁྲིད་  
ནས་འོངས་པས། མངའ་བདག་གི་བྱང་དུ་བྱིན། མངའ་བདག་གིས་བྱ་མོའི་སྟོན་པ་ཐོས་  
པས། དེའི་ཕྱིར་ཁོང་ཡུམ་སྲས་རྣམས་ལ་བསྟུ་བ་བཟང་བ་བྱས་ཤིང་། བྱ་མོ་དེ་ཁྲིད་ལ་  
ཤོག་གསུངས་ནས། མ་བྱ་གཉིས་མངའ་བདག་གི་བྱང་དུ་བྱིན་པས། མ་ནི་རྩུང་ཟད་ཞུས་  
པས་མངའ་བདག་གི་ཞལ་ཕྱོན་པའི་ལན་མ་ཐོབས་ཤིང་སྐད་འདར་བ་དང་། སྟོན་ཆེ་ཞུ་བ་  
ལུལ་ཏེ། བརྗེ་ཏ་དང་དགོ་བཤེས་མང་པོ་བཞུགས་པ་དང་། དཔོན་སྐྱ་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་མོ་  
འདི་ངོ་བྲག་པ་དང་། མིག་གསུམ་དང་འདི་ཅི་འབྲ་བ་ཡིན། མི་བྱང་པོ་ནི་མ་ཡིན་པར་ངེས་  
སོ་ཟེར་སྐད།

དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་ཡི་གེ་འབྲུལ་ཤེས་སམ་གསུངས་པ་ལ། སྟོན་ཆེས་ཡི་གེ་ཤེས་ཟེར།  
དེ་ནས་འཕགས་པ་སྐྱད་པ་ཞིག་ལྟ་བུ་བཏུག་པར། སྐད་འགྱུར་གསུམ་གྱིས་སྟོག་པས།  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐད་འགྱུར་དང་ཡི་གེ་ལ་མཁས་འདུག་ཟེར། བརྗེ་ཏས་ཁྲོད་ཀྱིས་དོན་  
ཤེས་སམ་བྱིས་པ་ལ། དོན་ཤེས་ཟེར་ནས་བཤད་པ་ལ། ཐམས་ཅད་ཡིད་ཆེས་ཏེ་རང་རྒྱུད་  
པ་ཞིག་མ་བྱུང་། ཡི་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མའི་སྒྲུལ་པ་ཡིན་པར་ངེས་ཟེར་ཏེ། རྒྱལ་པོས་  
འདིར་ཤོག་དང་ངས་བཏགས་པ་བྱེད་གསུངས་ནས་བཏགས་པ་མཛད། དཔལ་བའི་མིག་དེ་ལ་  
གཟེགས། གཞན་ཡང་མཁའ་འགྲོའི་མཆོན་ཏགས་གྲུན་ཆོང་བར་གཟེགས་ནས་རྒྱལ་པོ་  
མཉེས་ཏེ། མིང་ཅི་ཡིན་གསུངས་པས། རིན་ཆེན་སྟོན་མ་ཡང་ཟེར། སྟོན་ཆེ་ཡང་ཟེར། ཨ་  
སྟོན་ཡང་ཟེར་ཏེ། དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་སྟོན་མའི་མིང་དང་ལབ་ཕྱིར་སྐྱ་འབྲུངས་པས་ལབ་



སྒྲོན་ཞེས་ཐོགས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་པ་ཡིན་གསུངས་ནས་བརྗེ་ཏ་དང་། དགོ་འདུན་  
པ་རྣམས་དང་། དཔོན་འཕྱོ་བ་རྣམས་དང་། ཁྲིམ་འབྲུམ་ཆོ་གསུམ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ལེགས་  
སོ་ཟེར་ནས། ཐམས་ཅད་ལ་ལབ་སྒྲོན་དུ་བྲགས་སོ། །

དེ་ནས་ཁོམ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་ལབ་སྟོན་པ་ཐེང་ཞིང་ཀུན་གྱིས་བསྙམས་པས།  
 གམས་ཅད་དད་ཅིང་དགའ་ནས་ཡིད་སྟོན་ནོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་ལབ་སྟོན་གྱི་སྲུང་གི་ན་  
 བཟའ་རྣམས་བརྗེས་ཏེ། ར་བཟའ་གསར་པ་བྱིང་ལྷམ་དང་བཅས་པ་གསོལ་ཏེ། ཆིང་པ་  
 རྣམས་རྒྱལ་པོ་ཁོང་རང་གི་ཉེན་ཏུ་བཞུགས་སོ། །དེ་ནས་ཡབ་ཡུམ་དང་བཅས་པ་ལ་རྟ་  
 གསུམ་དང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱ་སྟོམ་སུམ་ཅུ་གནང་ནས། བྱིད་དཔོན་གཤམ་གྱི་རྣམས་  
 གྱིས་བུ་མོ་ལབ་སྟོན་འདི་གང་ཐོད་ཐོད་ཏུ་མ་གཏང་། མི་སྡིག་ཅན་དང་འབྲུད་ན་གྱི་བ་སོག  
 པ་ཡོད་པས། ཉ་ར་ཐིངས་པོ་ཞིག་བྱིད་དཔོན། རང་རེ་གངས་ཅན་པ་གམས་ཅད་ལ་ཕན་  
 སོགས་ལྷན་པ་ཞིག་འདུག་གསུངས།

དེ་ནས་ངམ་ཤོད་མཆོ་མེར་གྱི་རྩེ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་། ལོ་ལྷ་ལ་མཆོད་ཁང་དུ་མ་བྱ་  
གཉིས་ཀ་ས་ལྷོ་ག་བཤད་ནས་རྒྱས་འབྲིང་རྣམ་གསུམ་ལ་ཞལ་ཐོན་མཇུག་བཞུགས་པས།  
དཔོང་ལོ་བཅུ་ཉེ་དུས་སུ་ཉིན་གཅིག་པོ་ཉི་མའི་ཆར། བཅུ་གསུམ་ལོན་ནས་བརྒྱད་ཆར། དེ་  
ནས་ཡུམ་གྱི་ངས་ནས་བཅུ་གསུམ་ལོ་ལ་སྟོན་མཆོ་རིན་ཆེན་འབུམ་གྱིས་ཁྱིད་ནས་དགེ་  
བཤེས་ཨ་སྟོན་ལ་མཇུག་དུ་ཕྱིན་པས། དགེ་བཤེས་ཀྱི་ཞལ་ནས། འབུམ་མེ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་མོ་  
འདི་ལ་མཁའ་འགྲོ་མའི་མཆོན་རྟགས་ཀྱང་ཆར་འདུག །ཡི་གེ་གསུམ་པ་ཞིག་ལྟ་བུ་བཅུག་  
གསུངས། དེ་ནས་བརྒྱད་སྟོང་པ་བཞུགས་པས་ནས་ཞོ་ཞིག་བཏགས་པ་དང་མཉམ་ཐོང་  
ཆར་ཉེ། སྟོན་པས་ཨ་ལ་ལ། འདི་ལ་སྐད་འགྲུར་བཟང་པོ་མི་འདྲ་བ་བརྒྱད་ཡོད་དོ་ཟེར།  
སྟོག་པའི་གྲ་ཐོག་ཆོད་པ་ཞིག་བྱུང་ངོ་། །ད་འདི་ལ་དོན་བཤད་པར་བྱའོ་གསུངས་ནས། ལོ་  
གསུམ་སྟོན་པའི་བྱུང་དུ་ཨ་ཅེ་འབུམ་མེ་དང་སྟབས་སུ་བསྡད། སྟོན་པའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་  
ས་བཅུ་ལམ་ལྷའི་ཚུལ་དུ་འཆད་པས། དོན་བཤད་པ་ལ་སྟོན་པ་དཔོན་སྟོབ་དང་། གཞན་

དགེ་བཤེས་སྤྱི་ཡོད་སྒྲགས་མ་ཉིད་དོ། །དེ་ནས་སྟོན་པའི་ཞལ་ནས། རས་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོན་  
དཔོན་མི་བསྟེན་པར་སྤང་བས། ད་གཡོན་རྩ་བྱ་ཐང་དུ་བྱ་ཡི་རྟོ་སྒྲིང་བྱ་བ་ན། བྱ་བ་མངོན་  
ཤེས་ཅན་བྱ་བ་མཁྱེན་པ་དང་ལྷན་ཞིང་། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པར་མཁྱེན་པའི་  
སྟོན་པ་ཞིག་གིས་བྱ་བ་མང་པོ་སྦྱང་བ་ཞིག་ཡིད་དོ། །དེར་བཞུད་ལ་སྟོ་འདོགས་ཆོད་  
གསུངས།

དེ་ནས་ལོ་བཅུ་དྲུག་དུས་སུ་ཨ་ཅེ་དང་གཉིས་ཀ་བྱ་པའི་དྲུང་དུ་ཕྱིན་ནས། བྱ་པའི་  
ཞལ་ནས། འབྲམ་མེ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་མོ་ཡི་གེ་ལ་མཁས་པ་དེ་འདི་ཡིན་ནམ་གསུངས། འདི་ཡིན་  
ལུས་པས། འོ་ན་ངའི་མཆོད་གནས་གང་མཁས་ཆོད་ཀྱིས་གསུངས་ནས། ཁོང་ལ་རྒྱ་པར་  
ཕྱིན་དྲུག་འགྲུར་ཞེས་སྐད་འགྲུར་དྲུག་གི་སྟོན་པ་སྟོན་པས། སྒྲེགས་བཅ་བཞི་ཉིན་གཅིག་  
ལ་ཆར་བ་ཞིག་ཡིད་པ་དང་། ལ་བ་སྟོན་གཉིས་ལ་ཉིན་གཅིག་ལྷན་ཅིག་དུ་སྟོན་ཏུ་བཅུག་  
པས། རྒྱ་དྲུག་འགྲུར་ཀྱིས་པོ་ཉི་བཞི་ཆར་ལ་བ་སྟོན་ཀྱིས་པོ་ཉི་བཅུ་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་  
སྐད་འགྲུར་བརྒྱུད་ཀྱི་སྟོན་པ་བསྐྲགས་པས་ཆར། དེ་ནས་བྱ་པའི་ཞལ་ནས། ཨ་ཇོ་མོ་ཇོ་  
ཆུང་མ་འདིས་རྒྱ་དྲུག་འགྲུར་བས་སྐད་གཉིས་ཀྱིས་ལྷག་ཅིང་ཕྱེ་བརྒྱབ་ལ་རྒྱས་ནི་ཉེ་བ་  
ཡང་མི་ཉིད་པར་འདུག་པས། འདི་ཇོ་མོ་ཇོ་ཆུང་མ་ལ་ངའི་མཆོད་གནས་བྱེད་དོ་གསུངས།  
དེ་ནས་འབྲམ་མེ་ན་རེ། ཨ་སྟོན་རང་ཅག་གཉིས་སྐྱབ་པ་བྱས་ནས་མཁའ་སྟོན་དུ་ཨེ་འགྲོ་  
ཟེར་བ་ལ། ལ་བ་སྟོན་ན་རེ། ང་ནི་མི་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་གདགས་དགོས།  
ཁྱོད་འགྲོ་རིངས་པར་འདོད་ན་སྐྱབ་པ་སྐྱར་དུ་ཀྱིས་ལ་མཁའ་སྟོན་དུ་ཁམས་བདེ་བར་  
གཤེགས་དང་། རས་ཀྱང་འགྲོ་དོན་རྫོགས་ནས་འོང་གི་དེ་དུས་འཕྲད་པར་བྱའོ་ཟེར། དེ་  
ནས་སྟོན་མཆོ་རིན་ཆེན་འབྲམ་ཀྱིས་སྐྱབ་པ་ལོ་གསུམ་བྱས་ཏེ་མཁའ་སྟོན་དུ་ཕྱང་པོ་ལྷག་  
མ་མེད་པར་གཤེགས་སོ། །

དེ་ནས་བྱ་བ་མངོན་ཤེས་ཅན་ཀྱིས། ལ་བ་སྟོན་སྟོན་ལྷན་དུ་གཟིགས་ནས་མདོ་  
མང་དང་། འབྲམ། ཉི་ཁྲི། བརྒྱད་སྟོང་པ་དང་། མདོ་ཐམ་མང་པོའི་བསྐྲག་ལུང་དང་། དེའི་

དོན་གྱི་བཤད་པ་མང་པོ་མཛད་པས། འབྲུམ་གྱི་འབྲེལ་ཆེན། ཉི་ཁྲིའི་འབྲེལ་ཆུང་ནས་ཡི་གེ་  
གཅིག་མ་ཡན་ཆད་གྱི་དོན་བཤད་པ་ལ་མཁས་ཤིང་རྟོགས་པ་བྱུང་བར་རྒྱུད་ལ་སྤྲེས་ནས།  
ཁྲ་མ་ལ་རྟོགས་པ་ལུལ་བས། ཁྲ་མ་ཤིན་ཏུ་མཉེས་ནས། རྩོམ་བྲིད་ཀྱིས་རྒྱས་འབྲིང་རྣམ་  
གསུམ་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་ཅིང་། མདོ་སྡེ་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པར་འདུག །ངས་ནི་དེ་ཙམ་སྒོ་ལ་  
རྒྱུད་པ་དཀའ་བར་འདུག་གསུངས་ནས། ཡིང་བེར་དམར་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤྲེས་དབྱེར་བ་ལ་བྱི་  
བྲས། དཀར་པོ་ཞིག་ལ་ནང་བྲས་པའི་ཞུ་མོ་ཞིག་ལ་བད་འདབ་བཅུ་པའི་རྩལ་དུ་བྲས་བ་  
ཞིག་ལ་གོས་ཆེན་ཁ་མ་ཉམས་པ་ལྷ་སྟེ་ཁ་དོག་སྤྲེས་པའི་རྒྱབ་ཏུ་ཁ་ལྷ། གཡས་གཡོན་དུ་  
ལྷ་ལྷ་སྟེ། བཅུ་བཏགས་ནས་དབྱུ་ལ་གསོལ། སྤྲེས་ལ་ཡང་ན་བཟའ་བྱི་ནང་ཆ་ཆང་བ་དང་།  
ལྷ་མ་རྒྱུང་དང་བཅས་པ་གསོལ་ཏེ། སྤྲན་འཕོལ་གསུམ་བཅེགས་པའི་སྟེང་དུ་བྲས་ཅི་  
གསར་པ་ཞིག་བཏིངས་པའི་གདན་ལ་བཞུགས་པར་བྱས་ནས། ཁྲ་མ་གྲུ་པའི་ཞལ་ནས།  
ངའི་ཁྲ་མཆོད་ལ་ལོ་བཞི་བཞུགས་པར་མཛོད་གསུངས་ནས། མིག་ཅི་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་  
ཤིང་། དར་ཞུ་དེ་མཉམས་པས་སྐྱེད་པ་ཡན་ཆད་དར་སྡོད་པར་གྱིས་ཁེབས་ནས་མཛེས་  
དབྱུང་རེ་འདུག་པས། ཁྲ་མའི་ཞལ་ནས། དཔོན་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་འདིས་གོན་ཅ་མཛེས་པར་  
འདུག་གསུངས་པས། མི་ཐམས་ཅད་གྱིས་རྩོམ་ཞུ་རྒྱུང་ཅན་ཞེས་བཏགས་པས་ཐམས་  
ཅད་ལ་བྲགས་སོ། །

དཔོན་མོ་ལ་བ་སྒྲོན་ནི་རྩལ་ཆགས་དམ་ལ་གཙང་སྤྲེས་ཆེ་ཞིང་ལུས་ངག་ཡིད་  
གསུམ་སྤྲན་ཅིང་བཅུན་པས་བག་ཡོད་པའི་ངང་རྩལ་དང་ལྷན་ནས། དགེ་འདུན་གྱི་བྲལ་ལ་  
གནས་ཤིང་། དུལ་སྡོང་དུ་འགྲོ་མི་སྤྲོ་ཞིང་། དཔོན་པ་རི་ཁྲིད་དུ་འདུག་པ་ལ་སྤྲོ་བ་ཆེན་པོ་  
བྱེད་པ་དང་། ཁྲ་མ་དང་དགེ་འདུན་དང་གྲོགས་པོ་ལ་ཤིན་ཏུ་གྲུས་ཤིང་དད་པས་གདུང་  
སེམས་བྱེད་དོ། །ཁྲ་མའི་མཆོད་གནས་ལོ་བཞི་བྱེད་པར་དམ་བཅས་སོ། །དགེ་འདུན་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་དཔོན་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལ་དད་ཅིང་ཡིད་སྒྲོན་པར་བྱེད་ཅིང་སྤྲན་པ་སྤྲོགས་  
སོ། །དེའི་དུས་སུ་མི་ཀུན་ན་རེ་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་ཁང་དུ་ཨ་ཙ་ར་ཞིག་བྱིན་ནས། རྒྱ་གར་པོ་ཏ་

དེའི་ཟླ་བ་ལྷན་པར་སྒྲོམ་པའི་པཱི་ཏ་ཞིག་འདིར་བོད་དུ་སྒྲིམ་ནས་ལབ་སྒྲོན་དུ་གྲགས་པ་དེ།  
དེར་སང་གར་ཡོད་ཟེར་བའི་མངོན་ཤེས་མཁྱེན་པ་ཞིག་འདུག་ཟེར་སྐད། དེའི་རུབ་མོ་དཔོན་  
མོ་ཚུང་ཚུང་གི་མི་ལམ་དུ། མཁའ་འགྲོ་མ་དཀར་མོ་ཞིག་གིས། རྒྱ་གར་ནས་ཨ་ཙ་ར་ནག་  
པོ་ཞིག་འདིར་བྱོན་ནས། སང་བྱིད་ལ་མཇལ་དུ་འོང་བར་ཡོད་ཟེར། ཨ་ཙ་ར་དེ་སུ་ཡིན་  
བྱས་པས། དམ་པ་བྱ་བ་ཡིན་ཟེར། དེ་ནས་ཕྱིས་ཉི་མ་ཤར་ཅ། མི་ལམ་འཕྲུལ་བ་ཡིན་ཀྱང་  
བདེན་ནམ་སྟམ་ནས། སྒྲིའི་ཕྱི་རོལ་དུ་བྱོན་ཏེ། བྲ་ཡི་རྩོམ་པར་དུ་ཨ་ཙ་ར་དང་གཏུག་གིས་  
མཇལ་ཏེ་བྲག་འཆལ་ཏེ་བྲག་མ་བཞེས་ནས། དབུ་གཉིས་གཏུགས་པ་མཛད་དེ། དམ་པ་  
རིན་པོ་ཆེ་བོད་དུ་འགྲོ་དོན་དུ་བྱོན་པ་རོ་མཆར་ཆེ་ཞུས། དམ་པའི་ཞལ་ནས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
མཁའ་འགྲོ་མ་ལབ་སྒྲོན་ཁྱོད་བོད་དུ་འགྲོ་དོན་ལ་བྱོན་པ་དེ་བས་ཀྱང་རོ་མཆར་ཆེ་ལ་རྗེས་  
སུ་ཡི་རང་གསུངས། དེ་ནས་ལབ་སྒྲོན་གྱིས་ངས་འགྲོ་དོན་རི་ལྷར་བགྱི་ཞུས་པས། དམ་  
པའི་ཞལ་ནས། བྲ་མོ་ཁྱོད་མཆོང་ཡུལ་ནས་ཐོན། མི་བོད་པ་རྗེས། མི་རུས་པ་བསྐྱར། འབྲི་  
བ་ཆོད། ཞེན་པ་ཐོངས། གཉན་ས་འགྲིམས། སེམས་ནམ་མཁའ་ལྷར་ཤེས་པར་གྱིས་ལ།  
གཉན་ཁྱོད་སངས་རྒྱས་རིང་ལ་ཆོལ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པ་མཁའ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་བཞིན་  
དུ་འོང་བ་ཡིན་གསུངས་ནས་ལུང་བསྟན་པར་མཛད། དམ་པ་ཡང་བཞུད་དོ། །

ལབ་སྒྲོན་ཡང་ནང་དུ་བྱོན་ནས་སྒྲོག་འདོན་མཛད། དེའི་དུས་སུ་ཉིན་གཅིག་ཙམ།  
སྒྲི་བྱར་པོ་ཆེ་ཤག་འབྲུང་གི་དཔོན་པོ་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་ཞེས་པ། ཕྱི་སྡེ་སྒྲོད་གསུམ་  
ལ་མཁས་པ། རང་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ལ་མཁས་ཤིང་རུས་པ་ཐོན་པ་བྲ་བ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོ་སྒྲོད་  
བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས། འཛིག་ཉེན་པའི་བྲ་བ་ཐམས་ཅད་དང་། ཆོས་བཤད་ཉན་དང་འཁོར་  
དང་གྲགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོ་བ་སྒྲུམ་ནས་གཅིག་ཤུར་ཕྱོགས་མེད་དུ་རི་ཁྲིད་ལ་འགྲིམ་  
པར་མཛད་པའི་སྒྲི་སྒྲོན་པ་བསོད་ནམས་སྒྲ་མ་ཞེས་པ་དེ་བྱོན་ནས། དཔོན་མོ་ཚུང་ཚུང་  
ཁྱོད་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ཆེག་ལ་མཁས་པར་འདུག །དེའི་དོན་ཤེས་སམ་གསུངས། དོན་  
ངས་ཤེས་བྱས་པས། འོ་ན་དོན་ཤོད་གསུངས། ས་བརྩུ་ལམ་ལུང་ཚུལ་དུ་བཤད་པས་ལམ་

བཟོད་པའི་ཚུལ་དང་། རོན་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་དང་། མཐར་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་  
ཚུལ་རྣམས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པས། རྒྱ་མའི་ཞལ་ནས། རོན་བཤད་པ་ལ་མཁས་པར་སྒྲུབ་ཏེ།  
རོན་རང་རྒྱད་ལ་མ་སྒྲིལ་པར་འདུག་གསུངས། རོན་རང་རྒྱད་ལ་སྒྲིལ་བྱ་བ་རི་ལྟར་ཡིན་  
ཞུས་པས། རྒྱ་མའི་ཞལ་ནས། ད་ལྟར་བྱེད་ཀྱིས་གསུངས་པ་དེ་རྣམས་གོ་བ་ཟེར་བ་ཡིན།  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རོན་རི་ལྟ་བུ་བ་བཞིན་ལེགས་པར་ཤེས་པ་བྱ་བ་དེ་མ་ཡིན། ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་རོན་ཤེས་པ་དེ་རང་གི་རྒྱད་ལ་སྒྲིལ་ནས་འོང་ཅམ་ན། སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོ་འཛིན་སྒྲུངས་དེ་  
དང་མི་འབྲ་བའི་སྒྲོ་གསར་བ་ཞིག་གོང་གིས་སྒྲིལ་ནས་འོང་བ་ཡིན། དེ་ཡི་དུས་སུ་འཛིན་པ་  
ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་སྒྲོ་ཞིག་སྒྲིལ་ནས། འཛིན་མེད་དུ་སྒྲོལ་ཏེ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ཐམས་ཅད་  
དང་བྲལ་ཏེ། བྱར་མེད་ཤེས་རབ་ཆེན་པོའི་མེ་ཆེན་རྒྱས་ནས། བདག་འཛིན་མ་རིག་པའི་  
ཐུན་པ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། རོན་གྱི་ཅ་བ་རང་སེམས་ལ་ག་དར་  
ལེགས་པོར་ཆོད་ཅིག་གསུངས་ནས་རྒྱ་མ་བྱོན་ནོ། །

དེ་ནས་ལབ་སྒྲོན་གྱིས་རྒྱ་མས་རི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་ལ་ཞལ་འདོན་  
མཛད་ཅིང་རོན་ལ་སེམས་པས། བདུད་ཀྱི་ལེའུའི་ནང་དུ་རོན་ཞིག་རྟེན་དེ། སྒྲུབ་དང་མི་འབྲ་  
བའི་རྟོགས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྒྲིལ་ནས་སྒྲོའི་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཞིང་  
བདག་འཛིན་གྱི་མདུད་པ་གྲོལ་ཏེ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་ནས།  
བདག་འཛིན་གྱི་ཐུན་པ་བྱ་བའི་སྒྲུ་ཡང་མི་གྲག་པར་ཐལ་ལོ། །དེ་ནས་བདག་འཛིན་ཆོད་  
པའི་རྟོགས་སུ། སྒྲུབ་གོས་བཟང་པོ་རྒྱན་དང་ཁ་དོག་བཟག་མདངས་དང་ལྡན་པ་མིན་པ་མི་  
གོན་པ་ལ། ཕྱིས་སྒྲུབ་གོས་དུག་པོ་གང་ཚོག་གོན་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ནི། གོས་ཀྱི་སྟེང་པ་ཆོད་  
པའི་རྟོགས་སོ། །གོགས་མཁན་སྒྲོབ་བཙུན་པའི་གྲལ་མིན་པ་ལ་མི་འདུག་པ་ལ། ཕྱིས་མཛེ་  
སྒྲུབ་དང་ལྡན་དུ་འདུག་པ་བྱུང་བ་ནི། གོགས་ཀྱི་སྟེང་པ་དང་བྲལ་བའི་རྟོགས་སོ། །དགོན་  
གནས་དང་རི་ཁྲོད་མིན་པ་ལ་མི་སྟོད་པ་ལ། ཕྱིས་མཛེ་ཁང་དང་ལམ་འཕྲང་ལ་སོགས་པ་  
གང་དུ་ཡང་འདུག་པ་ཞིག་བྱུང་བ་དེ་གནས་ཀྱི་ཞེན་པ་ཆོད་པའི་རྟོགས་སོ། །མི་ཆོས་ཀྱི་

ཡུལ་དབྱེ་བའི་ལབ་བྱི་གངས་བར་དང་། ལྷ་ཆོས་ཀྱི་ཡུལ་གཡོན་རུ་བྲ་ཐང་མིན་པ་གཞན་གང་ཡང་མི་འགོ་བ་ལ། བྱིས་རྒྱལ་ཁམས་ཕྱོགས་མེད་རུ་འགོ་བར་བྱང་བ་ནི། ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་རིས་ཞིག་པའི་རྟགས་སོ། །དཀར་གསུམ་དང་མངར་གསུམ་དང་། ཟས་བཟང་ཤོས་མིན་པ་མི་ཟ་བ་ལ། བྱིས་ཤུལ་ཆང་མ་གཏོགས་པའི་ཟས་ལ་བཟང་ངན་མེད་པར་མཛེས་སྤང་གི་ལག་ཟས་ཀྱང་ཟ་བ་ཞིག་བྱང་བ་ནི། ཟས་ལ་སྟེམས་པ་ཆོད་ཆེ་བའི་རྟགས་སོ། །སྤར་རང་ཉིད་ལ་བསྟོད་བཀྱར་བྱེད་པ་དང་། བདེ་བ་ལ་དགའ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལ། བྱིས་རང་ཉིད་ལ་གཤེལ་བར་དང་། སྒྲོ་སྒྱར་འདེབས་པ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་བྱང་ཡང་ཉམ་ང་དང་ལྷམ་པ་མེད་པར། བདེ་སྤྱག་ཉི་རིང་ཆགས་སྤང་བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་རོ་སྟོམས་པས། མི་བདེ་བ་ནི་ཅི་ཡང་མེད་པ་སྟོ་གཅིག་ཤར་ནས་བྱང་ངོ། །

དེ་ནས་དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་ལ་བྱོན་ཏེ། སྒྲ་མའི་མཆོད་གནས་ཀྱི་ལོ་གངས་ཆང་ནས། སྒྲ་མ་ལ་དབང་ཞིག་ལྷ་བྱས་པས། སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས། དབང་བསྐྱར་ངས་མི་རུས། དབང་བསོད་ནམས་སྒྲ་མ་ལ་ལྷས་དང་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་འགྲིག་ཅིང་། དབང་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་དངོས་བྱུང་འཛོལ་བ་ཡིན་གསུངས་ནས་ལུང་བསྟན་མཛད་ཅིང་། གཡལ་གི་ཤ་བྱབས་གཅིག་དང་། ཤ་བཟང་པོ་བདུན་དང་། གོས་ཡུག་དམར་པོ་ཞིག་བསྐྱར་ནས་བཏང་ངོ། །དེ་ནས་དཔོན་མོ་ཆུང་ཆུང་པ་མིང་ཨ་པའི་ཡུལ་རུ་བྱོན་ནས། མིང་པོ་ཤུ་རྒྱལ་མཆོན་ལ་དབང་ཡོན་ཞིག་བསྐྱར་བྱས་པས། ནས་ཁལ་བཅུ་གསུམ་བསྐྱར་ཏེ། ནས་དང་ཤ་བྱབས་གཅིག་དང་གོས་ཡུག་ནམས་སྟོ་སྟོན་བསོད་ནམས་སྒྲ་མའི་བྱང་རུ་བྱུང་ཏེ། ང་ལ་སྒྲ་མ་བྲ་པས་ལུང་བསྟན་ཏེ། བྱིད་ལ་དབང་ཞིག་ལྷ་ལྷས་པས། དགོ་བཤེས་ཀྱིས་སྟོད་ལྷན་རུ་གཟེགས་ནས། དེ་བའི་གསུངས་ནས། དབྱེ་བའི་གངས་བར་ལྷ་ཁང་རུ་ཁོང་སྟོག་སྐྱ་ལྷ་སྐྱབས། བྱ་ཁྲིམ་རྒྱལ། འཛིང་ལྷ་བཟོ། ཞང་སྟོན་འོད་འབར་དང་བཞི་སྟགས་པ་ཡིན་ངོ་ཆུང་མ་དང་ལྷ་ལ་དབང་བསྐྱར་ཏེ། དེ་ཡང་དམ་པ་ནས་བརྒྱད་པའི་མདོ་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་དབང་སེམས་ལ་བསྐྱར་བ་བྱའི་ཟབ་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་དབང་བཞི་ངོ་སྤྲད། ནམ་མཁའ་སྟོ་

འབྲེད་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་བྱིན་རྒྱབས་ཆེ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར། དེ་ནས་ཡང་དམ་པ་  
ནས་བརྒྱད་པའི་སྐྱེ་འབྱུང་ཆེན་མོའི་དབང་བསྐྱར། སྐར་མ་རྫོགས་ཅ་ཡེ་ཤེས་བབས་བས།  
རྫོམ་མེ་ལུས་ཁྱེད་ཀྱི་ལ་མ་རེག་པར་ཞི་བའི་གར་སྐབས་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་མཛད། གསུང་སྤྲོ་སྤྲོ་  
ཏུ་ལྷའི་སྐྱད་ཀྱིས་དབྱངས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་མཛད། ལུགས་ཆོས་ཉིད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་  
རྗེ་རྒྱ་ལུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཉམས་དང་ལྷན་བས། ཁང་པའི་གུང་ཅིག་ལ་ཐོགས་པ་མེད་  
པར་བྱེ་རོལ་ཏུ་བྱད་ནས། ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་ཏེ་ཤིང་སྤོང་པོ་གསེར་སྟོག་བྱ་བའི་ཅ་བར་  
ཆུ་མིག་འོད་པོ་གནས་འཁོལ་བྱ་བ་ལ་སྐྱེ་རྒྱལ་བྲག་པོ་རྩ་སྟོང་བྱ་བ་གནས་བས་དེར་སྐྱ་  
ཡང་ལྷ་མི་བཟོད་པ་དེ་རུ་བྱོན་ནས། སྐྱེ་རྒྱལ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་གཟུང་བས། ཁོ་མ་བཟོད་  
ནས་གཞན་ཡང་ཡུལ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་བས། དམག་མང་རབ་བསགས་ཏེ་ཆོ་  
འབྱུང་ལ་མ་བྱུང་སྒྲ་ཆོགས་བསྟན་ཀྱང་། དཔོན་ཆུང་མས་ཕྱང་པོ་འདྲེ་ནམས་གྱི་གཟན་དུ་  
བསྐྱར་བས། འདྲེ་ནམས་ཀྱིས་ལྷགས་མ་རྟེན་ནས། དམ་བཅས་སྟོག་སྟོང་ཕྱལ་ཏེ། སྐྱེ་རྒྱལ་  
རྩ་བ་སྟོང་བྲེད་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱིས་བྱིན་ཆད་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་གཞོད་པ་མི་བྲེད་  
ཅིང་། དཔོན་ཆུང་མའི་བསྟན་པ་སྟོང་བར་དམ་བཅས་སོ། །

དེ་ནས་ནམ་གྱང་ལ་སྐྱེ་འབྱུང་ཆེན་མོ་ལྷ་ལྷ་མཐོང་བའི་ལྷ་མོ་དང་བཅས་པ་ཞལ་  
གཟིགས་ཏེ་དབང་བཞི་རྫོགས་པར་བསྐྱར། དེའི་རྗེས་སུ་ཁོས་མ་ལྷ་ལུའི་དབང་བཞི་རྫོགས་  
པར་བསྐྱར་ནས་སྤང་སྤིང་མི་དང་མི་མ་ཡིན་པ་དབང་དུ་སྤྱད་ལ་རྩ་བ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་  
འགོད་པའི་ལས་ལ་སྤྱར་དུ་བཅོན་པར་གྱིས་ཤིག་གསུངས། དེའི་རྗེས་སུ་བདེ་མཆོག་  
འཁོར་མའི་ལྷ་ཆོགས་མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་དང་བཅས་པས་ཕྱང་བསྟན་དང་རྗེས་  
སུ་གནང་བ་མང་པོ་མཛད་དོ། །དེའི་རྗེས་སུ་ཡུམ་ཆེན་མོ་ལ་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་བྱོན་ནས། ལུག་བརྒྱངས་ཏེ་མགོན་གཅིག་ཏུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱིན་རྒྱབས་  
མཛད་དེ། ནལ་འབྱོར་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་གཉན་ཁྱོད་ཕྱོགས་མེད་དུ་འགྲིམ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
ལ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྐྱེད་ཅིག་གསུངས། ནམ་ཐོ་རངས་ལ་རྗེ་བཅུན་སྟོལ་མ་བྱོན་

ནས་ཐུགས་བརྩུང་མ་རིག་ཐུན་སེལ་རྒྱུད་ནས་དབང་བརྒྱུ་མཛད་དེ། རྣལ་འབྱོར་མ་ཁྱོད་  
དང་། སངས་རྒྱལ་ཐོད་པའི་སྤྲེལ་བ་ཐོད་པ་རྩ་ཏུ་ཡ་ཞེས་པའི་རྣལ་འབྱོར་བ་གཅིག་བོད་ཏུ་  
བྱོན་པ་དང་། ཐབས་ཤེས་འགྲིག་པར་གྱིས་ལ་གཉན་ཁྱོད་དང་ཆུ་མིག་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་ཏུ་  
འགོ་དོན་གྱིས་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་བ་མཁའ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་བཞིན་འོངས་ནས་ཕྱིར་མི་  
ལྷོག་པའི་ས་ཁོན་བ་ཡིན་གསུངས་པ་ལ་སོགས་གཞན་ཡང་ཕྱང་བསྟན་མང་ཏུ་མཛད་ནས་  
འཇའ་ཡལ་བ་བཞིན་ཏུ་ཡལ་སོང་ངོ་། །དེ་ནས་ནངས་པར་བཅའ་བས། ལྷོང་པོ་གསེར་  
སྒོག་གི་རྩར་རྟེན་དེ། བར་ཏུ་བྱོན་ནས་གོས་རྒྱུད་པ་དང་སྒྲ་མའི་བྱང་ཏུ་བྱིན་ནས།

ཉོན་མོངས་མེད་ཅིང་གོས་མེད་གཅེར་བུ་ཡིས། །ཁྲིལ་མེད་ངོ་ཆ་བྲལ་བའི་བྲག་  
གཅིག་འཆལ། །ངེས་པར་སྤྲིབ་པ་སེལ་མཛད་པའི། །སྒྲ་མ་མཆོག་ལ་བྲག་འཆལ་  
ལོ། །མཐོ་རིས་འབྲེན་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །ངན་སོང་སྐྱོབ་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་  
གསུངས་ནས་བྲག་འཆལ་ལོ། །དེ་ནས་ཁྲོགས་རྣམས་ཀྱིས་དཔོན་རྒྱུད་མ་འདིས་མདང་  
དབང་གི་དངོས་གཞི་མ་ཐུབ་ཟེར་སྐད། སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས། འདུས་བྲས་ཇུས་ཀྱི་དབང་དེ་  
ཁྱེད་ཆོས་ཐོབ། ཆོས་ཉིད་དོན་ཀྱི་དབང་དེ་ངོ་རྒྱུད་འདིས་ཐོབ་གསུངས། དེ་ནས་ནངས་པར་  
དབང་གི་དངོས་གཞིའི་དོན་ཏུ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་མཐུལ་འབྱུལ་བ་ལ། དཔོན་མོ་རྒྱུད་  
རྒྱུད་གིས་མཐུལ་འདི་ལྟར་སྤུལ།

བྱི་སྤང་བ་རྒྱན་གྱི་མཐུལ་ལ། །ནང་འབྱུང་བ་བཞི་ཡི་ཆག་ཆག་གདབ། །རིགས་  
བྲུག་སེམས་ཅན་ཆོམ་བྱར་བཀོད། །ཐད་མེད་རིན་ཆེན་གཏེར་དང་བཅས། །སྐྱབས་གནས་  
དམ་པ་དཀོན་མཆོག་དང་། །སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ལ། །བྱི་སྤང་བ་རྒྱན་གྱི་མཐུལ་  
འབྱུལ། །བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ལ་བཞེས་སུ་གསོལ། །ཞེས་དང་། གསང་དབང་ལ། བར་ཕྱང་  
པོ་ལུས་ཀྱི་མཐུལ་ལ། །རང་བྱུང་ལྟན་སྤྲེལ་ཆག་ཆག་གདབ། །རྣམ་ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་  
ཆོམ་བྱར་བཀོད། །ཀུན་གཞི་རིན་ཆེན་གཏེར་དང་བཅས། །སྐྱབས་གནས་དམ་པ་དཀོན་  
མཆོག་དང་། །སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ལ། །ནང་ཕྱང་པོ་ལུས་ཀྱི་མཐུལ་འབྱུལ། །བྱིན་



གྲིས་ཆོ་བས་ལ་བཞེས་སུ་གསོལ། །ཞེས་དང་། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ལ། སེམས་སྤྱེ་བ་མེད་  
པའི་མཆུལ་ལ། །སྤང་སྟོང་གཉིས་མེད་ཆག་ཆག་གདབ། །དོན་དམ་སྤང་བའི་ཆོམ་བྱར་  
བཀོད། །རོ་མཉམ་བདེ་ཆེན་ངང་དུ་འབྱུལ། །ཟུང་འབྱུག་རྟོགས་པར་བྱིན་གྲིས་  
ཆོ་བས། །ཞེས་དང་། ཆེག་དབང་ལ། གསང་བ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་མཆུལ་ལ། །རང་རིག་འོད་  
གསལ་ཆག་ཆག་གདབ། །འགག་མེད་མཉམ་ཉིད་ཆོམ་བྱར་བཀོད། །གསལ་སྟོང་བདེ་  
བའི་གཉེར་དང་བཅས། །སྤྱབས་གནས་དམ་པ་དཀོན་མཆོག་དང་། །ལྷ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་  
འགོ་ལ། །གསང་བ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་མཆུལ་འབྱུལ། །བྱིན་གྲིས་ཆོ་བས་ལ་བཞེས་སུ་  
གསོལ། །ཞེས་མཆུལ་བྱུལ་ཞིང་། དབང་བཞི་རྫོགས་པར་བསྐྱར་ནས། བསྐྱབ་བྱ་དང་  
བཅས་པ་ལེགས་པར་བཤད་པས། དཔོན་མོ་རྩེད་རྩེད་གིས་དེའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཐུགས་སུ་  
རྩད་ནས། ལྷ་མ་ལ་ལྟག་པར་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་པོ། །

དེ་ནས་ལྷ་མ་ལྟ་དམར་བ་ལ་བྱམས་ཆོས་སྡེ་ལྟ་གསན། སེམས་བསྐྱེད་སྐྱོར་  
ནམས་དང་། སྤྱ་འགྱུར་ལ་སོགས་པ་མང་དུ་ཁྱུས་ཤིང་ཐུགས་སུ་རྩད་པར་བྱས་པོ། །ལྷ་མ་  
སྤྲས་སྟོན་པ་ལ་བགའ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱོར་མང་དུ་གསན་ཅིང་། ཉམས་ལེན་ཤོད་ཆད་  
དང་བཅས་པ་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པར་བྱས། ལྷ་མ་ཡར་ཉིང་པ་ལ་བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བདུ་ཆོས་  
སྐྱོར་དང་། ལྷ་རོ་ཆོས་བྱུག་གི་སྐྱོར་དང་། རྩེ་བཅུན་མའི་ཆོས་སྐྱོར་དང་། དུས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོའི་སྐྱོར་བ་ཡན་ལག་བྱུག་གི་སྐྱོར་དང་། དོ་ཏ་སྐྱོར་གསུམ་དང་། གྱི་ཡའི་སྐྱོར་ཁ་ཡར་  
ཁྱུས་པ་རྣམས་ཡང་དག་པར་ཐུགས་སུ་རྩད་པར་མཛད། དེ་ནས་བྱ་པའི་མདུན་དུ་བྱམས་  
ཆོས་སྡེ་ལྟ་ལ་ག་དར་ལེགས་པར་བྱས་ཏེ། ལྷ་མས་དབྱུས་སུ་འགོ་དགོས་པར་ལུང་བསྟན་  
ནས་མང་བྱོན་ནས་ལྷ་སར་ཐེབས་ཏེ། རོ་བོ་ལ་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་བགྲིས་པས་འཇམ་འོད་  
དང་རོལ་མའི་སྤྱ་ནམ་མཁའ་གྲགས་པ་དང་། མེ་ཏོག་གི་ཆར་ཆེན་པོ་བབས་ཏེ་རོ་མཆར་  
བའི་ལྷས་མང་པོ་བྱུང་བས། ཐམས་ཅད་དད་ཅིང་ཆོས་ཁྱུས་པོ། །

དེ་ནས་གྲུ་ཐར་དུ་བྱོན་པ་དེར་བཞུགས་ཏེ། དམ་པ་སངས་རྒྱས་འཕགས་ལུལ་ཉི་  
ཕུག་ཏུ་བཞུགས་པ་ལ་ཞིང་སྐྱོང་གི་མཁའ་འགྲོ་མ་གཅིག་གིས་ལབ་ཀྱི་སྒྲོན་མ་གྲུ་ཐར་ན་  
བཞུགས་ཟེར་བ་བྱུང་བས། དམ་པ་གྲུ་ཐར་དུ་བྱོན་པ་དང་། ལབ་སྒྲོན་གནས་ལ་བསྐྱོར་བ་  
མཛད་པ་འབྲད་དེ། ལབ་སྒྲོན་གྱིས་དམ་པ་ལ་ཕུག་འཆའ་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཁོལ་བར་བྱ་བའི་གདམས་པ་ཞིག་ཞུས་བུས་པས། དམ་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས། ལབ་  
སྒྲོན་ལ་བསྐྱགས་པ་བཛོད་པ། ཤེས་རབ་བཞི་དང་ལྷན་པ་ཡི། །ལུས་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་  
སྒྲུལ་པ་ཁྲིད། །ནམ་ཐར་གསུམ་གྱི་སྒོ་ཕྱེ་ནས། །བདུད་ཀྱི་དབྱང་ནམས་པམ་མཛད་  
མ། །ལབ་ཀྱི་སྒྲོན་མ་ཁྲིད་ལ་ནི། །བདག་དང་ལྷར་བཅས་ཕུག་འཆའ་ལོ། །བདག་ཀྱང་  
ཁྲིད་ལ་ཡི་རང་འབུལ། །ཁྲིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐུགས་རྗེའི་རྩལ་གྱིས་ནི། །སྒྲིགས་མའི་སེམས་  
ཅན་སྒྲིན་གྲོལ་མཛད་ལགས་ཀྱང་། །ཕྱི་རབས་དོན་དུ་ངས་ཀྱང་གདམས་ངག་  
སྟོན། །གསུངས་ནས། མོ་མཁར་སྒོམ་དང་། རོ་མོ་ཆོས་མཆོད་དང་། ལབ་སྒྲོན་དང་གསུམ་  
ལ་པ་རོལ་ཏུ་བྱོན་པ་བཀའ་མདོ་རྒྱད་དོན་གྱི་མན་ངག་གི་སྒོ་ནས། ཆོས་དབང་སེམས་ལ་  
བསྐྱར་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་ཟབ་པའི་དོན་གྱི་གདམས་པ་དོད་ཆད་ཞལ་ཤེས་  
ནམ་མཁའ་སྐོ་འབྱེད་ཀྱི་རོ་སྟོད་འཕོ་བའི་གདམས་ངག་དང་བཅས་པ་ལྷག་ལུས་མེད་པར་  
གནང་།

ཡང་ལབ་སྒྲོན་གྱིས། ཞི་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོར་དང་། གཙོད་གྲོལ་ཆོགས་ཐུག་གི་གདམས་  
པ་ནམས་དང་། ཞི་བྱེད་རྩྭ་སྒྲོར་དང་། དམར་ཁྲིད་སྒྲོར་དང་། པཌ་སྒྲོར་གསུམ་དང་།  
ལྷན་ལ་འའི་བདེ་ཆོས་དང་། ལྷ་འབྲུལ་ཆེན་མོ་དང་། རོ་མོ་ཕུག་གཉིས་མ་དང་། བཀའ་  
རྒྱུད་ལྷ་མའི་ནལ་འབྱོར་ཟབ་ལམ་མ་དང་། འཕོ་བ་གྲོང་འབྲུག་གི་གདམས་པ་རྒྱུད་སེམས་  
འབྱོན་པའི་གནད་གྱིས་ལྷག་པའི་ལམ་ཞུགས་མ་དང་། ལྷ་ལུས་མི་ལམ་དང་བར་དོའི་སྦྱོང་  
རྩལ་ཅིག་ཅར་དུ་སྟོན་པའི་རྩེ་རྗེའི་ཐུ་བྲིག་གི་མན་ངག་དང་། འབྲུལ་གཙོད་བཀའ་རྒྱ་མའི་  
མན་ངག་དང་། དུར་ཁྲིད་ཆེན་པོའི་དམིགས་པ་བྱ་བ་གདན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་གཙོད་པའི་

གདམས་པ་བརྒྱད་དང་བཅས་པ་ལྷག་ལུས་མེད་པར་ཞུས་ཤིང་ཐུགས་སུ་རྩད་པར་བྱས་  
ནས་དམ་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བསྟོན་པ་འདི་མཛད་དོ། །པ་ཀྱན་ཤེས་ཀྱན་རིག་དམ་པ་  
པོ། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་མཆོག་འགྲོ་བའི་  
མགོན། །སྤྱལ་བའི་སྤྱལ་ཐུག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་བསྟོན་པ་དང་། དཔུས་ཐུགས་སུ་ལོ་  
གསུམ་བཞུགས། དེ་ནས་ལ་སྟོན་ངོས་སུ་ཡར་བྱོན་ནས་ཡབ་ཡུལ་དུ་སྐྱབས་ཐུག་བཞུགས་  
སོ། །

དེ་ནས་འདི་ཡང་དམ་པས་གྲ་ཐང་དུ་གསུངས་པའོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་  
ཆེན་མོ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཡུམ་མཆོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་  
འགྲོ་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གྲོལ་ཐུག་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་གསང་བ་བདེ་ཆེན་རིག་པའི་རྡོ་རྗེ་ཐག་  
མོ་བདག་མེད་གསང་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་གཙོ་མོ་ཆོས་དབྱིངས་འགྱུར་མེད་མཐེང་ནག་ཁྲོས་  
པའི་སྐུར་སྟོན་མཁའ་འགྲོ་ཡོངས་ལ་དབང་བསྐྱུར། ཤེས་རབ་ཆེན་མོའི་གཙོ་མོ་མཆོག་ཏུ་  
གྱུར་པ། རྡོ་རྗེ་བདུད་འདུལ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་བ་དེ། མཁའ་སྟོན་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་  
ཞུགས་ཀྱང་། ལས་བསྐྱུས་པ་དང་། སྟོན་ལམ་ཀྱི་དབང་གིས་རྒྱ་གར་སེར་སྐུའི་གོང་དུ་འགྲོ་  
བའི་དོན་ལ་དགོངས་ཏེ། རྩ་རྩ་བྱེ་བུ་ར་ཨ་ཅའི་སྤྲུལ་སྤྱུངས་ཏེ་སྟོན་ལམ་གྲུབ་ཏུ་མཆོན་  
ཐོགས་པ་དེ་བོད་དུ་གདུལ་བྱའི་སྤྱལ་བར་བབས་པའི་ལུང་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པ་  
ནི། དེ་ཡང་མདོ་དུངས་སྟོགས་འབྲེད་པའི་ལེའུ་ལས། སྟོགས་མ་ཙོད་པ་རྒྱས་པའི་  
དུས། །བྱང་ཐུགས་ཁ་བ་ཅན་སྤྱིངས་སུ། །རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཀྱི་སྤྱལ་བ་ནི། །སྟོན་མའི་མཆོན་  
ཅན་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ཡང་འཇལ་དཔལ་རྩ་བའི་རྒྱུད་རྒྱས་པ་ལས། ང་ཡི་  
བསྟན་པའི་སྟོགས་མ་ལ། །ཁ་བ་ཅན་ཞེས་བྱང་ཐུགས་སུ། །ཤེས་རབ་ཡུམ་ཆེན་ཐུགས་  
སྤྱལ་ནི། །ལབ་ཀྱི་སྟོན་མ་བྱ་བ་འབྱུང་། །སྤྱི་མེད་སྟོང་པོའི་དོན་སྟོན་ཅིང་། །གོང་དང་གོང་  
ཁེར་རི་སུལ་དང་། །དུར་ཁྲོད་བས་མཐའ་ཁྲབ་པར་ཉུལ། །དེ་ཡི་ཆོས་ནི་རྒྱས་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པའི་པཎྜི་ཏ་ཆེན་པོ་དོན་གྲུབ་རིན་ཆེན་བྱ་བ་དེ།

བོད་གདུལ་བྱའི་སྐལ་བར་བབས་པ་དང་། བྱང་པར་ཐུ་སྟེགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་བཞི་བོད་  
 དུ་སྟེ་བ་བཞེས་ནས། བོད་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་སྐྱར་བར་བྱེད་དོགས་པ་དང་། ཐུ་སྟེགས་  
 ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་བཞི་འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབ་པར་དགོངས་ནས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་  
 མ་བཞེར་སྐལ་ནས་བྱོན་ཏེ། དེ་ཡང་ལ་སྟོད་ཀྱི་མ་ཅིག་ཞ་མ་དང་གཅིག་སྟེ། དེས་ནི་ལམ་  
 འབྲས་ཀྱི་སྟོན་པ་འདུལ་བ་ཡིན། འབྲིང་མཚམས་ཀྱི་ཞང་ལུ་བྱང་ཆུང་མ་དང་གཉིས་ཏེ།  
 དེས་ནི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྟོན་པ་འདུལ་བ་ཡིན། ལྷ་ནམ་ཀྱི་ཤེལ་བཟང་སྟོན་ཆེ་མ་དང་  
 གསུམ་སྟེ། དེས་ནི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བརྒྱ་ཆོས་བཞི་བསྟེན་ཀྱི་སྟོན་པ་འདུལ་བ་ཡིན། ལབ་  
 ལུང་བར་ཀྱི་ལབ་སྟོན་ནི་ཀུན་ཀྱི་གཙོ་མོ་ཡིན་པ་དང་བཞི་སྟེ། དེས་ནི་བདུད་བཞི་གཙོད་པ།  
 ལུང་པོའི་གཅེས་འཛིན་བཏང་ནས། ཤ་ཁྲག་གཟན་དུ་པོར་བའི་སྟོན་པ་འདུལ་བ་ཡིན།  
 གདུལ་རྒྱའི་ཐུ་སྟེགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་བཞི་ནི། སྤར་ཕུའི་སྤར་པ་དཀར་མོ། སྟོད་ལུང་གི་  
 ཆད་མོ་ནག་མོ། གཙང་གི་ཤེལ་མོ་རྒྱལ་ལུ། ལྷ་ལྷིང་གི་ཞང་མོ་ལྷ་ཁྱི་དང་བཞེར་འདུལ་  
 བས། ཕྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་བཟང་མོ་བཞེར་གྱུར་ནས། སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱེད་  
 ལུས་པ་རེ་རེ་བྱུང་ངོ་། །ཞེས་པ་ནི་དམ་པ་སངས་རྒྱལ་པོ་ཆེས་གྲ་ཐང་དུ་གསུངས་  
 པའོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཡལ་གྱི་སྒྲོན་མ་དེ་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་དུས་སུ་ཡམ་འདས་ནས་  
མཁའ་སྐྱོད་དུ་གཤེགས་ཏེ། དགྲུང་ལོ་བཅུ་དྲུག་དུས་སུ་ཡལ་འདས་པ་རྒྱ་ཤར་དུ་སྐྱེ་  
འབྱུངས་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་ཀྱིས་པ་བྱུང་ངོ་། །དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུའི་དུས་སུ་ཨ་ཅེ་སྒྲོན་  
མཆོ་ལྷག་མེད་དུ་མཁའ་སྐྱོད་དུ་གཤེགས་ཏེ། ཡམ་འབྱུངས་ལྷུང་དང་དེར་མཇུག་ལོ། །ཨ་པོ་  
ཆེ་བ་ལྟ་བུ་རྒྱལ་མཆན་ནི་སྡེ་སྐྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པའི་བྲ་ཐོག་ཆོད་ནས་བྲ་སྐྱོད་  
མཛད་དེ། གསང་སྔགས་ལ་བྱལ་བ་བརྟེན་པས། དག་པའི་སྐྱེ་ཡམ་གྱི་བོད་ཆོད་ཐོབ་  
ལོ། །རྩྱུང་བ་དཔལ་ལོད་ཁྱི་སྡེ་བྲ་བ་དེ། ཡལ་གྱི་མལ་དུ་སྡེ་སྐྱོད་ཞིང་། སངས་རྒྱས་གྱི་  
བསྟན་པའི་ཞབས་ཏོག་ལ་ལྷག་པར་ཡང་བཅོམ་བ་དང་། བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་གྱི་

སྟོབས་རྒྱས་པར་འདུག་པོ། །དེ་ནས་ལབ་སྟོན་སྒྲ་མ་གྲུའི་བྱང་དུ་ཕྱིན་ཏོ། །དེ་ནས་ལབ་སྟོན་  
གྱི་དང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་བསྐྱུས་པ་ཅུང་ཟད་སྟོན་པ་ནམ་ཐར་གྱི་ལེའུ་སྟེ་དང་པོའོ། །

### ལེའུ་གཉིས་ལ། མ་ཅིག་གི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་བ་མ།

དེ་མན་ཆད་གདུལ་བྱ་དང་འཕྲིན་ལས་གྱི་མཛད་ཚུལ་བྱར་ཅམ་བཞེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ནས་  
སྒྲ་མ་གྲུ་པའི་ཡོན་བདག་སྟོན་སྟོན་བྱ་པའི་རབས་ཆད་བཟའ་བ་གཉིས་འཕྱོར་བ་དང་ལྷན་  
པས། སྒྲ་མ་ལ་ཁྱུ་བ་བྱས་ནས་ཁྱེད་གྱི་མཆོད་གནས་དཔོན་མོ་དེ་དང་བཟའ་བའི་མཆོད་  
གནས་མཛད་པར་ཁྱུ་དང་། དེད་གྱིས་ཟོག་པོ་གང་ཡོད་ནམས་ཁོང་ལ་འབྲུལ་བའི་གཏོང་སྟོ་  
བྱེད་པས་ཅིས་ཀྱང་ཁྱུ་བ་གནང་དགོས་ཟེར་ཏེ། སྒྲ་མས་དེ་བྱའི་གསུངས་ནས་ལབ་སྟོན་ལ་  
ཁྱེད་དཔེ་ཆུང་གི་གོང་དུ་ལྟ་མོ་སྟོན་གྱི་མཆོད་གནས་བྱེད་པ་ལ་སྒྲ་བ་གཅིག་ལ་བཞུགས་ལ་  
འབྲུལ་ཆར་སྐུལ་ཅུ་ཆར་བར་མཛོད། ཁོང་བཟའ་བས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཁྱེད་ལ་འབྲུལ་  
བར་ཡོད་གསུངས། དེ་ནས་ཇོ་ཆུང་མ་བསོད་ནམས་སྒྲ་མ་ལ་མཛལ་དུ་སོང་བས། འབྲུལ་  
སྟོག་པ་ལ་འགྲོའམ་ཁྱུས་པས། སྒྲ་མས་སོང་ཞིག་སྟོན་གྱི་ཉེན་འབྲེལ་ཡོད་པས་འགྲོ་དོན་  
འབྱུང་གི་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་སྒྲ་མ་དེ་གཉིས་གྱིས་བཀའ་གནང་བ་དང་། དཔེ་ཆུང་དུ་  
འགྲོ་སྐུལ་པའི་རུབ་མོ་མཁའ་འགྲོ་མ་དམར་མོ་དཔྲལ་བར་མིག་གཅིག་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་  
ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ཐོད་པ་རྩ་བ་ཡ་ཞེས་པ་དང་ཐབས་ཤེས་མཛོད་དང་འགྲོ་བའི་དོན་ཆེན་པོ་  
བྱུང་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ས་ཅོན་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་ཡལ་ནས་ཐལ་ལོ། །

མོ་རངས་དུས་སུ་མཁའ་འགྲོ་མ་མཐེང་ནག་ཁོས་པའི་ཆ་བྱད་ཅན་ཞིག་གིས།  
སངས་རྒྱུ་ཐོད་པའི་སྐུལ་པ་རྩ་བ་ཡ་ཞེས་བྱ་བ་དང་ཐབས་ཤེས་རབ་གྱི་སྟོན་ནས། གསང་  
སྐགས་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་སྟོན་སྟོན་མས་པར་འདུག་པ་དང་རིགས་རྒྱུད་ཀྱང་སྟེལ་དང་།  
བསྟན་པ་དང་རྒྱུས་སུ་འགྱུར་ཞིང་། ས་བཅུའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་ལོ་གསུངས་ནས། བམ་མཁའ་

ལ་ཡལ་སྐྱམ་ཙམ་ན་རྣལ་སངས་སོ། །དེ་ནས་ནངས་པར་དབྱེ་ཆུང་དུ་སོང་། ལུ་བ་མོ་བཙུན་  
མ་གཅིག་གི་རྩེ་ཉལ་ཏེ། རམ་གྱི་གཞུང་ལ་བུད་མེད་དཀར་མོ་བུན་བྱུང་ནས་རྣལ་འབྱོར་  
མ་ཁྱོད་དང་ཁྱེད་གཉིས་ཀྱི་པ་རྩེ་ཏ་མོད་པ་རྩ་བ་གཉིས་ལས་ཀྱི་སྒྲོན་ལམ་མཐུན་པས་སེམས་  
ལྷམ་པ་མེད་པར་ལས་ལ་སྒྱུད་ཅིག་ཅེས་བུན་གསུམ་མགོན་གཅིག་ཏུ་ཟེར་སྐད། དེ་ནས་རྩོ་  
མའི་ཐུགས་དགོངས་ལ། ལུང་བསྟན་འདི་རྣམས་རིམ་འབྲེལ་བ། བུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་  
ནམ། ལྷ་མ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་མཐུན་པ་ཡིན་ནམ་སྐྱུ་ལྷ། འདི་བུན་ལ་རིམ་བཞིག་བྱེད་  
དགོས་སྐྱུ་ཅ། མཁའ་འགྲོ་མ་བུན་ཡལ་ནས་ཐལ་ལོ། །

དེ་ནས་ནམ་ཐོ་རངས་ཁ་ལ་དངོས་སུ་བུད་མེད་དཀར་མོ་གཅིག་གིས། རྩུ་དཀར་  
པོ་ཞིག་ཞོན་པ་བྱུང་སྟེ། མ་ཅིག་གསང་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་རྩོ་རྩེ་བུད་འདུལ་མ་  
ཆེན་མོ་ཁྱེད་བསྐྱུ་བ་ལ་འོང་གིས་བྱོན་ཟེར་རོ། །དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་ཁྱོད་གང་ནས་འོངས་  
སུ་ཡིན་བྱས་པས། བུད་མེད་དཀར་མོ་རྩུ་ལས་བབས་ཏེ། ཐུག་འཆལ་ནས་འདི་སྐད་  
སྒྲུས་སོ། །ང་ནི་དུང་སྒྲོང་མ་ཡིན། ལྷ་མ་ཐོད་པ་རྩ་བ་ཡའི་བཀའ་ཉན་ནས་འདིར་འོངས་པ་  
ཡིན། ཁྱེད་དེད་ཀྱི་རྩོ་མོ་གསང་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུམ་ཆེན་ཡིན་ཟེར་རོ། །དེ་ནས་ཡང་མ་  
ཅིག་གིས་གསུངས་པ། ཐོད་པ་རྩ་བ་ཡ་བྱ་བ་དེ་རིགས་རུས་གང་ཡིན། ཡུལ་གར་ཡོད་  
བྱས་པས། བུད་མེད་དེ་ན་དེ། ལྷ་མ་རྩ་བ་ཡའི་ཡུལ་རྒྱ་གར་ཀོ་ས་ཡིན། ཡབ་ཤུག་ཡི་  
བཙན་རྒྱ་སྐྱེ་བྱ་བ་ཡིན། ཡུམ་ནི་ས་ཏི་བྱ་བ་ཡིན། ལྷ་མ་ཁོང་རང་ནི་སངས་རྒྱས་ཐོད་  
པའི་སྐུལ་པ་རྩ་བ་ཡ་བྱ་བ། ཕྱི་སྤེ་སྒྲོད་ལ་མཁས་པ་དང་། རང་རྒྱུད་སྤེ་ལ་མཁས་ཤིང་།  
ཁྱད་པར་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་ལ་མངའ་བརྟེན་ཤིང་། བྱུང་པ་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་  
པོ་ཡིན་ཏེ། ཡུམ་ཆེན་མོ་ཁྱེད་ལ་མཇལ་བའི་ཆེད་དུ་འདིར་བོད་དུ་བྱོན་ནས་དབྱེ་ཆུང་དུ་  
བཞུགས་ནས་ཡོད། ཁྱེད་བསྐྱུ་བ་ལ་ང་བཏང་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་རྩུ་ཞོན་ནས་འབྱོན་པར་ལྷ་  
ཟེར་ཏེ་ཐལ་ལོ། །

དེ་ནས་ནངས་པར་སྤྲོ་མོ་ནས་བྱོན་པས་ཉི་མ་བྱེད་ཅན་ཤེལ་གྲོང་དུ་སྤྲེལ་བས་ཏེ།  
སྟོན་པ་ཤེས་རབ་འབྲུམ་བྱ་བ་སྤྲེ་སྟོན་ལ་མཁས་པ་ཞིག་གིས། བྲ་བ་སྤྲུམ་བརྒྱ་ཅམ་ལ་པར་  
ཕྱིན་གྱི་བཤད་པ་བྱེད་པ་ཞིག་འདུག །དེར་མ་ཅིག་ཕྱིན་ནས་དགེ་བཤེས་རྣམས་ཀྱིས།  
ཁྱོད་རྩོ་མོ་སྒྲ་བ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་སྤྲུལ་མོ་ལ་བ་སྟོན་ཟེར་བའི་མིག་གསུམ་ཡོད་པ་ཞིག་  
གྲགས་པ་དེ་ཡིན་ནམ་ཟེར་སྐད། ར་ཡིན་བྱས་པས། དེ་ལྟར་ན་ཁྱོད་མཁའ་འགྲོ་མ་ཡིན་  
ཟེར་བར་གྲགས་ཤིང་། པར་ཕྱིན་ལ་མཁས་ཟེར་བས། དེད་དང་ཆོས་ཀྱི་ཚོད་པ་བྱེད་དོ་ཟེར་  
སྐད། ཚོད་པ་བྱའི་སྤྲུལ་པས། དགེ་བཤེས་གང་གྲགས་པ་བདུན་དང་ཚོད་པ་བྱས་པས།  
དགེ་བཤེས་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲགས་མ་རྟེན་ནས། བྲ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་མ་ཁྱོད་  
ཡུམ་ཆེན་མོའི་སྤྲུལ་པའམ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་དངོས་ཡིན་ཟེར་བ་བདེན་པ་འབྲ་  
མོད། ད་དེད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་མཇལ་འགྲོའམ་ཟེར། འགྲོ་བྱས་པས་སོང་ཅ། ད་རུང་མ་འབྱོར་  
ཟེར་ནས། འགྲོ་ས་མེད་དམ་སྟུམ་ནས་དེར་བསྐད། བྲ་བ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྷས་སྟོས་དུད་རོལ་མོ་  
མང་པོ་དང་བཅས་བསྐྱ་བ་བྱས་ཏེ། སྒྲ་མའི་དུང་དུ་ཕྱིན་ཏེ། སྒྲ་མ་འཇམ་དབྱངས་དམར་  
པོར་མཐོང་ནས་བྲག་འཆལ་བས། བྲག་མ་བཞེས་ནས་མ་ཅིག་སྟོན་མ་བྱོན་ལགས་སམ་  
གསུངས་ནས་ཁྱིམ་གཏུ་བཞེངས་པར་མཛད་དོ། །

དེ་ནས་མ་ཅིག་སྒྲ་མའི་བཞུགས་ཁྱིའི་ཟུར་དུ་གདན་གསུམ་བཅེགས་ཏེ་བཞུགས།  
ར་པོ་སྒྲ་མས་མ་ཅིག་སྟོལ་མ་དཀར་མོ་རུ་གཟིགས། དེ་ནས་སྒྲ་མ་དང་མ་ཅིག་ཆོས་ཀྱི་ག་  
དར་ཅམ་བྱུང་བས། སྒྲ་མ་ལ་བ་སྟོན་ལ་ཡི་རངས་ཏེ་དགའ་བ་སྟེར། ལ་བ་སྟོན་གྱིས་སྒྲ་མ་  
ལ་ཆོས་ལྷ་བྱས་པས། ཁྱེད་ཀྱིས་མ་དགོངས་པའི་ཆོས་ཅི་ཡང་མེད་དོ་གསུངས། ཡང་ལ་བ་  
སྟོན་གྱིས་ཆོས་འབྲེལ་བྱེད་པས་གང་ཡང་རུང་གསུང་བས་ཆོག་ལྷས། དེ་ནས་སྒྲ་མས་དེ་  
འབྲ་བྲ་གསུངས་ནས། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྩུ་གཉིས་ལྷགས་འབྲུང་ལྷགས་བརྒྱུག་གི་  
ཚུལ་དུ་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཞིག་བདུན་ཉིན་ཞིག་བརྩུ་བཞི་ལ་ལེགས་པར་ཉན་ཅིང་གཏན་  
ལ་པལ་པར་བྱས་ནས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་མཁྱེན་ཅིང་། ཆོས་ཐམས་

ཅད་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྒོ་ནས་འཆད་པ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོལ་བའི་ཚུལ་མཛད།  
དེ་ནས་དབྱེ་ཆུང་དུ་བྱོན་ནས་ལྷ་མོ་སྒྲོན་གྱི་ཁང་པའི་ཐོག་ཀར་བྱིན་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་པ་མིག་  
ཅ་དམར་བ་ཤ་མདོག་སྤྲུག་ལ་རུ་རེ་བ་གཅིག་གིས་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་དབང་ལྔར་  
ཞིང་མིག་ཅེ་འདུག་པ་དེས། ཡུམ་འོ་མ་བརྒྱལ་བར་བྱོན་ལགས་སམ་ཞུས་ཀྱི་སྐད་དུ་སྤྲེལ་  
སོ། །

ལམ་སྒྲོན་གྱིས་རྣལ་འབྱོར་པ་རྒྱ་གར་ནས་བྱིན་པས་དབུ་མ་མོངས་སམ་གསུངས་  
ནས། གཅིག་རྩ་ཆོས་ཁང་བྱས་ཏེ་འབྲུམ་སྒོག་པ་དང་། སྐབས་སྐབས་སུ་བརྗེ་ཏ་དང་ཆོས་  
གྱི་བཤད་པ་དང་རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཁྱིེ་བ་བྱས། དེ་ནས་ཞག་བཅུ་བདུན་རེད་ནས།  
ཆོས་བརྒྱད་གྱི་ནམ་སྒོད་ཡོལ་ཙམ་དུས་སུ་བརྗེ་ཏ་དང་ལམ་སྒྲོན་གཉིས་ཐབས་ཤེས་རབ་  
གྱིས་སྒྲུབས་པར་འཇུག་པས། འོད་གྱིས་བྲིས་ཐམས་ཅད་གང་བས། ཡོན་བདག་མོས་མར་  
མེས་བྲིས་འབར་བ་མ་ཆོར་རམ་སྟམ་ནས། ཐོག་ཁང་དུ་བཟུར་འོངས་པས། འོད་ཁ་དོག་  
སྤྲ་ལྷ་འཇམ་ལྷ་བྱས་བྲིས་གང་བའི་ནང་དུ་འོད་དཀར་དམར་ལྷ་བ་ཙམ་གཉིས་སྦྱར་ཏེ་འབར་  
བདོ་བ་མཐོང་། གཞན་སུ་ཡང་མ་མཐོང་བས་བྲེད་དེ། ཐོག་ཁང་བྱི་དེར་འོངས་ནས་བསྐྱད་  
ཙ་རྣལ་དུ་སོང་། དེ་ནས་ཐོ་རངས་ཁང་རྣལ་མངས་ཏེ་བལྟས་པས། ཆོ་ག་མཁན་པོ་རྩོ་མའི་  
ཅ་ནས་བྱུང་བས། ཡོན་བདག་མོ་ཡིད་མ་ཆེས་པ་དང་། འོག་ཁང་དུ་སོང་། རངས་པར་  
འཆོ་བ་བྲིར་ཏེ། མདང་ཆོ་ག་མཁན་པོས་བྲིད་གནག་གིས། ངས་ཁང་པ་ལ་མེ་འབར་སྟམ་  
ནས་དེར་བྱིན་བྱས་པས། རྩོ་མོས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་གསུངས་སོ། །

ལུང་བསྟན་པལ་ཆེར་བདུད་གྱིས་བསྐྱུ་བ་ཡིན། །པོ་མོ་གཉིས་འགྲོགས་རྒྱེན་ངན་  
བདུད་དང་འགྲོགས། །ཡོན་བདག་མོ་ཡང་ཁྲེལ་འདྲེས་དེད་ནས་འོངས། །འགྲོ་བའི་དོན་  
ཡང་ཅི་རུས་ཆ་མེད་དམ། །ཞེས་གསུངས། དེ་ནས་ཐོད་པ་རྩ་བ་ལ་ཞག་བདུན་ནས་གནས་  
འགྲིམ་ལ་བྱོན། རྩོ་མོས་ལྷ་བ་གཅིག་ལ་འབྲུམ་ཆར་སུམ་ཅུ་སྒྲིག། ཡོན་བདག་པོ་མོས་ཆ་  
རྒྱེན་མང་དུ་ཕུལ་ཞིང་། ལྷ་མ་གྲུ་པའི་སར་བསྐྱུལ་ལོ། །ཡོན་བདག་མོས་རྩ་བ་དང་། རྩོ་



མོས་རྒྱ་རྒྱུན་ནམས་ཚོས་རྟོགས་དང་གཞན་སྤུ་ལ་ཡང་མ་བརྟུན་ཤིང་གསང་། མོ་རང་གིས་འདི་གཉིས་ཀ་རང་རྒྱད་པ་མ་བྱུང་སྟུང་བའི་དད་པ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྐྱེས་པ་ལ་བ་སྟོན་ལ་བྱས་སོ། །

དེ་ནས་ལ་བ་རྫོན་གྱིས་ཁྲ་མ་བྲ་བ་ལ་ད་ན་བྲ་ལ་བྲ་བའི་ཆོ་ག་མཁན་ཞིག་གིས་  
གནག་གི་ཁྱིམ་པས། ཁྲ་མའི་ཞལ་ནས། དེ་འགྲོ་དོན་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པས་  
སེམས་ཁྱིམ་པ་མ་བྱེད་གསུངས། དེ་ནས་འབྲེལ་ལོར་བྱེད་ཀྱི། བསོད་ནམས་ཁྲ་མ་ལ་  
མཛལ་དུ་སོང་བ་དང་། ད་དེ་བྱེད་དུ་བོད་བ་ན་བྲ་ལ་བྲ་བ་དང་འབྲེལ་ནས་ད་གནག་གི་  
ཁྱིམ་པས། ཁྲ་མའི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་རབ་དུ་བྱུང་བའི་བཙུན་མ་ནི་མ་ཡིན་ཞིང་། རྩ་བ་ལ་  
ཡང་རིགས་ངན་མིན་པས་རྫོན་དུ་མི་འགྱུར། རིགས་རྒྱུད་སྤེལ་ལ་ན་བྲ་ལ་དང་ལྟན་དུ་སྡོད་  
དང་། འགྲོ་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡུན་རིང་དུ་དར་རྒྱས་སུ་འབྱུང་བའི་ལས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ཡང་  
ཡོད་པ་དང་། མདང་འདི་མི་ལམ་ཡང་བཟང་གསུངས། དེ་ནས་ཁྲ་མ་ནམ་གཉིས་གྱིས་ལུང་  
བསྟན་མཛད་པ་དང་། ལུང་བསྟན་གཞན་ཡང་མང་པོ་བྱུང་བས། དེ་ནི་རྩ་བ་ལ་དང་རྟེན་  
འབྲེལ་འགྲིག་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ། དགྲའ་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གསུམ་དུས་རྩ་བ་ལ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་  
བསྟད་དེ་དབུས་སུ་མར་ཕྱོན་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ལ་སྤུ་གཅིག་སྟུ་འབྱུངས་ཀྱི། ད་ལུང་བསྟན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་གྲུབ་པས་བྲ་འདི་ལ་གྲུབ་པ་བཏགས་སོ་གསུངས་ནས། མིང་གྲུབ་པ་  
ཞེས་བཏགས་སོ། །

དེ་ནས་དགུས་གཙང་གཉིས་ཀྱི་མི་ཐམས་ཅད་འབར་ནས་མི་ཁ་ལ་སྤོལ་ལོ་  
གསུངས་ནས་དྲགས་པོར་སྤྱོད་ཏེ། དེ་ནས་ཉང་པོར་ལོ་གཅིག་བཞུགས། དེ་ནས་ཀོང་པོར་  
སྤྱོད་ཏེ། ཉི་ཤུ་ཙ་བདུན་ལ་སྐས་གཅིག་སྐྱེ་འཁུངས། མིང་གྲུབ་ཆེན་ཞེས་བཏགས་སོ། །སྐོང་  
པོ་སྐྱབས་ཡང་ཟེད། དེ་ནས་དགུང་ལོ་སུམ་ཅུ་ལ། ང་ལ་འེ་བཟལ་དོལ་བྱ་བ་ན་ཆོགས་  
འཁོར་ཆེན་པོ་གྲས་བས། མཁའ་འགྲོ་མ་མང་དུ་འདུས་པའི་ཆོ། སྐས་མོ་ཞིག་སྐྱེ་འཁུངས་  
བ་ལ། གྲུབ་ཆུང་མ་ཡང་ཟེད། ད་ལྟར་མཁའ་འགྲོ་མ་འདུས་སར་སྐྱེ་འཁུངས་བས་ལ་འདུས་

ཡང་ཟེར་སྐད། དེ་ནས་སུམ་ཅུ་ཅ་བཞི་ལ་ཡར་བྱོན་ནས་འཕན་ཡུལ་སྒང་ཐང་དུ་བཞུགས།  
སོ་ལྷ་ལ་མཁའ་འགྲོའི་ཡུང་བསྟན་མང་པོ་བྱུང་བ་དང་། འཁོར་བ་ལ་སྐྱོ་བ་སྐྱེ་བའི་ཚུལ་  
བསྟན་ནས། བྱ་ཐད་དེར་བཞག་ནས་ལ་སྟོད་དུ་བྱོན་ནས། ལྷ་མ་རྣམས་གཉིས་དང་མཇལ།  
བསོད་ནམས་ལྷ་མ་ལ་ཕག་མོ་ཐུགས་སྐྱབ་ལྟ་ལྷའི་དབང་བསྐྱར་ཞུས་པས། དབང་གི་སྟོན་  
འགྲོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་འདི་ཕུལ་ལོ། །

རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སྟོན་མཛད་པའི། །ལྷ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དངོས་གྲུབ་  
ངེས་བར་སྟེར་མཛད་པའི། །ཡི་དམ་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སྤངས་ཉྑལ་ཕྱན་སུམ་  
ཆོགས་གྱུར་པའི། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞི་གྱུར་འདོད་ཆགས་བྲལ་  
བའི་མཆོག་།དམ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །གང་ལ་ཕུལ་ན་དོན་ཆེ་བའི། །དགེ་  
འདུན་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །བར་ཆད་ངེས་བར་སེལ་མཛད་པའི། །ཆོས་སྐྱོང་རྣམས་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རི་སྟོད་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་བར། །ཁྱེད་རྣམས་ལ་ནི་གསོལ་བ་  
འདེབས། །ཁྱེད་རྣམས་ལ་ནི་བདག་བསྐྱབ་པོ། །འདོད་ཡོན་ལྷ་པོ་མཆོད་པར་  
འབུལ། །སྤྲིག་པ་མི་དགེ་སོ་སོར་བཞགས། །འགྲོ་ཀུན་དགེ་ལ་རྗེས་ཡི་རངས། །ཆོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་སྐྱོར་དུ་གསོལ། །ཕྱ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་སུ་གསོལ། །དགེ་རྣམས་སེམས་ཅན་  
དོན་དུ་བསྟོ། །ཞེས་བ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་འདི་ལ་བསྐྱོན་གྱིས་མཛད་དེ་ཕུལ་བས། ལྷ་མ་  
ཡང་མཉེས་སོ། །

དེ་ནས་དབང་རྫོགས་པར་བསྐྱར་ཏེ། ལྷ་མས་མཁའ་འགྲོ་མར་དངོས་སུ་མཐོང་།  
ལ་བསྐྱོན་ཡང་དེ་བྱོན་ཆད་མཁའ་འགྲོའི་བསྐྱེད་རིམ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པའི་ཚུལ་མཛད། ལྷ་  
མས་གསང་སྤགས་ལྷ་ན་མེད་པ་ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་འཆད་ཅོད་ཅོམ་ལ་དབང་བའི་ཡུང་  
པོག་།གསང་མཆོན་དོ་རྗེ་དབང་ཕྱག་མར་བཏགས་སོ། །ལྷ་མ་གྲུ་བ་ལ་ཉེན་འབྲེལ་ཡན་  
ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བགོ་སྐྱེད་ཕུལ་བས། ལྷ་མ་མཉེས་ཏེ། ཉམས་སུ་སྤངས་ཚུལ་དང་།  
ཉེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཡུགས་འབྱུང་ཡུགས་སྒྲོག་གི་ཚུལ་དུ་བཞག་པ་དང་། གོ་

དོན་དང་། གཏན་ལ་ཕབ་ཚུལ་དང་བཅས་པ། དེང་སང་ཁྱེད་པས་བྲག་པ་འདི་སྐོར་ན་མེད་  
པས། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་མོ་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་ལྟ་  
བུས་པས། ལྷ་མའི་ཞལ་ནས། ཁྱེད་ལ་སེམས་བསྐྱེད་འཛོག་དགོས་པ་མེད། ཁྱེད་རང་ཚོད་  
པ་དང་བྲལ་བའི་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་མོ། སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་  
བསྐྱེད་པའི་ཡུལ་ཆེན་མོ། མདོ་རྒྱུད་གཉིས་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པའི་བྱན་མ་ཆེན་མོ། སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་བཞིན་བརྟེན་བའི་མ་མ་ཆེན་མོ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཏེར་མཛོད་དང་  
ཤོལ་བྲག་ཆེན་མོ་ཡིན་པས། ཁྱེད་རང་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་མི་དགོས་ཤིང་། ར་ནི་  
ཁྱེད་ཀྱི་བྱང་དུ་ལྷ་བའི་འོག་ཏུ་སྐར་མ་དང་འབྲུལ། འོན་ཀྱང་ད་ཁྱེད་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་གྱི་ནམ་  
པར་གྱུར་པས། རྟེན་འབྲེལ་འགྲིགས་པའི་ཕྱིར་དུ་ཆོ་ག་བྱའི་གསུངས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་  
ཀྱི་ཆོ་ག་ཐོག་། དགོ་བསྟེན་གྱི་སྒྲིམ་པ་ཡང་ཐོག་གོ། དེའི་ཆེ་ལྷ་མ་སངས་རྒྱུས་ཤུག་ཐུབ་  
པར་དངོས་སུ་གཟིགས། དེའི་གཡས་སུ་འཇམ་དབྱངས་དང་། གཡོན་དུ་སྐྱེན་རས་  
གཟིགས་དང་། མདུན་དུ་བྲག་རྩོར་དང་གཙོ་འཁོར་བཞི་དངོས་སུ་གཟིགས། བྲག་འཆལ་  
ཏེ་བསྟོད་པ་འདི་མཛད་དོ། །

འཇམ་བུའི་རྒྱ་པོའི་གསེར་ལྷ་ར་བརྩེད་པའི་སྒྲ། །མགོན་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ལ་  
བྲག་འཆལ་ལོ། །གཞོན་ནུའི་མཛེས་ཚུལ་ཡོན་ཏན་ལྡན། །འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྲག་  
འཆལ་ལོ། །སྤྱིང་རྩེས་ངེས་པར་གང་བ་ཡི། །སྐྱེན་རས་གཟིགས་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །མཐུ་  
སྟོབས་ཆེན་པོས་གདུག་པ་འདུལ། །རྩོ་རྩེ་འཛིན་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་བྲག་འཆལ་ཏེ།  
ལྷ་མ་དང་སངས་རྒྱུས་དབྱེར་མེད་པས་ལུང་འཛོག་པའི་སྒྲིང་བ་བྱུང་། སྐྱེན་རས་གཟིགས་  
ཀྱིས་བྲག་གཉིས་ཀྱིས་རིལ་བ་ཞིག་བསྐྱམས་པའི་ནང་ནས་འོད་དཀར་པོའི་རྒྱུན་བྱང་བས་  
ལུས་ཐམས་ཅད་བྲུབ་པར་བྱས། འཇམ་དབྱངས་ཀྱིས་བྲག་གཡས་པས་རལ་གྱི་སྒྲོན་པོ་  
ནམ་མཁའི་མདོག་འབྲུ་བ་འོད་ཟེར་ལྡ་འབར་ཞིག་གིས། སྤྱིང་གར་གདེངས་ཏེ་བསད་པའི་  
ཚུལ་མཛད། བྲག་རྩོར་གྱིས་རྩོ་རྩེ་ནག་པོ་གཅིག་ལ་རྩོ་རྩེའི་ཆ་ཆ་འཕྲོ་བ་ཞིག་བསྐྱམས་

ནས་བགེགས་ཐམས་ཅད་བསྐྱད་པའི་ཚུལ་མཛད་དོ་སྙམ་པ་དེ་ནམས་ཀྱི་སྤང་བ་བྱང་ནས།  
བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་དང་། དགེ་བསྟེན་མ་བྱས་པའི་ཚུལ་མཛད་དོ། །

དེ་ནས་སྒྲིམས་མར་དབྱས་སུ་རི་དམར་པོ་ཟངས་དམར་གྱི་མདོག་འབྲ་བར་  
གདུལ་བྱའི་འགྲོ་དོན་འབྱུང་བར་ཡོད་གསུངས་ནས་ལུང་བསྟན་ཀྱང་། ད་རུང་ལ་སྟོད་དུ་  
དམ་པ་ལ་མཇལ་དུ་འགྲོ་དེ་ནས་མར་དབྱས་སུ་འགྲོ་ཞུས་པས། དེ་འབྲ་མཛོད་གསུངས།  
དེ་ནས་མ་ཅིག་དེར་རིར་བྱོན་ཏེ། དམ་པས་མཁྱེན་ནས་བསུ་བ་བྱེད་དོ་གསུངས་ནས། དེར་  
རི་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསུ་བ་བྱས། དམ་པ་དང་མཇལ་ནས་གདམས་པ་ཟབ་མོ་ཁྲབ་པར་  
ཅན་ཞིག་ཞུ་བྱས་པས། དམ་པའི་ཞལ་ནས། གདམས་པ་སྤར་བཤད་པ་བས་ཟབ་པ་ཅི་  
ཡང་མི་བདོག་གི། ཁོན་ཀྱང་པ་རོལ་དུ་སྒྲིན་པའི་དོན་ཟབ་ལམ། མདོ་ལས་བྱངས་པའི་ཡུམ་  
ཆེན་མོ་ལ་སྙས་སྟོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་། འདས་མ་འོངས་ད་ལྟར་གྱི་དུས་གསུམ་  
ཀྱི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་ཉེ་སྙས་བརྒྱད། ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་བརྒྱད། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་  
བཞི་དང་། ལྷའི་བྱ་དང་། བྱ་མོ་དང་། མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་མང་པོའི་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་  
པོ་བྱང་ཆེན་པོར་སྒྱུན་བྱངས་ཏེ་ཆོགས་དང་མཆོད་པ་ལུལ་ཞིང་བྱིན་རྒྱལས་དབང་གི་རྣལ་  
འབྱོར་སྒྲངས་པས་བར་ཆད་ངེས་པར་སེལ་ཞིང་། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་འཛོལ་པར་རྒྱས་  
པ་ཞིག་ཡོད་གསུངས། དེ་གནང་ཞུས་པས། དེ་བྱའི་གསུངས་ནས། དཀྱིལ་འཁོར་དང་  
མཆོད་པ་མང་པོ་བཤམས་ནས་སྒྲིམ་བསྟེན་ལོ་མོ་དང་བཅས་པས་སྒྱུན་བྱངས་ཏེ། ཡུམ་  
ཆེན་མོ་འཁོར་བཅས་པོ་བྱང་དབྱས་སུ་བྱོན་པ་མ་ཅིག་གིས་དངོས་སུ་གཟིགས་ཤིང་དངོས་  
སུ་བྱིན་རྒྱལས་དང་ལུང་བསྟན་པ་མང་པོ་མཛད། དམ་པ་ཉིད་འཇམ་དཔལ་དམར་པོར་  
དངོས་སུ་ཉོགས་ནས་མཆོད་པ་འདི་ལུལ་ལོ། །

སྟོང་གསུམ་རབ་འབྱམས་འཛིག་ཉེན་གྱི། །གཟུགས་སུ་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱན། །སྒྲིམ་ཆོག་བྲག་རྒྱར་མཆོད་པར་འབུལ། །སྒྲིམ་ལྟར་བ་མེད་པའི་དངོས་གྲུབ་  
སྒྲིལ། །སྟོང་གསུམ་རབ་འབྱམས་འཛིག་ཉེན་གྱི། །སྒྲིམ་ལྟར་གསུམ་པ་ཐམས་ཅད་

ཀྱན། །གསུང་མཆོག་ཕྱག་རྒྱར་མཆོད་པར་འབུལ། །གསུང་འགག་པ་མེད་པའི་དངོས་  
གྲུབ་སྟོལ། །སྟོང་གསུམ་རབ་འབྱམས་འཛིག་ཏེན་གྱི། །ཡིད་དུ་བྲན་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱན། །ཐུགས་མཆོག་ཕྱག་རྒྱར་མཆོད་པར་འབུལ། །ཐུགས་འཁྲུལ་པ་མེད་པའི་དངོས་  
གྲུབ་སྟོལ། །ཅེས་མཆོད་པ་ཕུལ་བས། དབང་རྣམས་རྫོགས་པར་གནང་། དེའི་སྒྲུབ་ཐབས་  
དང་བཅས་པ་མ་ལུས་པར་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པར་བྱས།

ཡང་བཀའ་རྒྱུད་ལྟ་མའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་དབང་དང་གདམས་པ་ཟབ་མོ་སྤྲོད་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་མན་ངག་དང་། ཉང་རིག་པའི་དམར་ཁྲིད་དབུ་མའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་དོན་ཁྲད་  
པར་ཅན་གཅིག་དང་། ལུས་འཁྲུལ་འཁོར་ལ་གནས་ཤིང་། སེམས་ལས་སུ་རུང་བར་བྱེད་  
པ་ལ་སོགས་པའི་མན་ངག་མང་པོ་ཞུས་ཏེ། རྒྱུད་རྒྱ་བ་གཅིག་དང་ཞག་བདུན་གསུམ་  
བསྟན། རྒྱ་མའི་གནས་ཀྱི་བསྟོད་པ་དང་། སྐྱའི་བསྟོད་པ་མཛད། རྒྱ་མས་ཀྱང་གཉན་ཁྲོད་  
བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་བཅད་དེ། ཟངས་རིར་གདུལ་བྱ་འབྱུང་བའི་ལུང་བསྟན་མཛད། དེ་ནས་  
ཟངས་རིར་བྱོན་ཏེ། ཡར་ལྷ་དང་། ཐང་ལྷ་དང་། གངས་རི་ཡི་རོ་མོ་རྩེ་ཆེན་དང་། དགེ་  
བསྟན་ཁ་རི་པ་ལ་སོགས་པ་གངས་གཉན་པ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་བཅད་ཅིང་། ལྷོ་མོན་ངོས་སུ་  
མར་བྱོན་ནས། དགུང་ལོ་སུམ་ཅུ་མོ་བདུན་ལ། ཟངས་རི་མཁར་དམར་དུ་བྱོན་ནས། གཞི་  
བདག་ཟངས་རི་འབྲིལ་བས་སེམས་བསྐྱེད་ཞུས་ནས། བསྟན་པ་བསྐྱུང་བར་ཁས་རྒྱངས་  
སོ། །

རྩོ་མོ་ཆོས་མཆོ་བྱ་བ་ཞིག་སྤྲུང་བས། ཞབས་ཏྲོག་བྱེད་ཟེར་ནས་བསྟན་པས།  
ཆོས་མཆོ་དང་ཡང་ཡོན་བདག་མོ་དར་སྟོན་དང་། གནས་བརྟན་ཀམ་པ་གྲགས་བྱ་བ་དང་  
གསུམ་ལ། མོ་བཟ་བས་ལོ་འདྲིའི་ནང་དུ་འཆི་ཟེར་བས། དབང་ཟབ་པ་ཞིག་ཞུ་ཟེར་ནས།  
དབང་གི་ཆས་ཀ་བྱིན་ནས་མ་རྒྱུད་མཁའ་འགོ་གནས་འགྱུར་གྱི་དབང་དང་ཆོགས་བརྒྱ་  
བྱས་པས། མོ་ངན་འགྱུར་ནས། མ་ལབ་སྟོན་བྱིན་རྒྱལས་ཆེ་ཟེར་བ་ཐམས་ཅད་དུ་གྲགས་  
སོ། །དགུང་ལོ་བཞི་བཅུ་ནས་མའི་ཡོན་ཏན་དང་སྟན་པས་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་དུ་

འབྲུག་ལྷར་གྲགས་སོ། །སྤྱི་བསོད་འདུལ་ཞིང་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་བྱང་། རྒྱལ་པོ་ཆེན་  
པོ་བཞིས་ཆོས་ཁྲིམ་ཏེ་བསྟན་པ་སྦྱོང་བར་ཁས་ཁྲུངས། བསྟན་མ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཀའ་  
ཉན་པར་དམ་བཅས་སོ། །ཡར་ལྷ་དང་། ཐང་ལྷ་དང་། འོད་དེ་གྲུང་རྒྱལ་དང་། གངས་རིའི་  
རོ་མོ་རྩེ་ཆེན་དང་། ལྷ་རྒྱལ་རྩ་བ་སྦྱོང་བྱེད་དང་། ལྷས་སེམས་བསྐྱེད་ཁྲིམ་ཞིང་དགེ་བསྟན་  
གྱི་སྟོམ་པ་ཕོག་པས་བྱིན་ཆད་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པར་དམ་བཅས་སོ། །

མ་ཅིག་གི་རྒྱུད་འཛིན་སྐྱོང་བར་ཁས་ཁྲུངས་ཏེ། ཞག་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གི་བར་དུ་  
སྐབས་འགྲོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་བསྐབ་བྱ་མཉན་ནོ། །ཞིང་སྐྱོང་གི་མཁའ་འགྲོ་མ་བདུན་  
རྟག་པར་འདུག་པ་པལ་ཆེར་གྱིས་མཐོང་ངོ་། །ཤོལ་པོ་ལོ་རྒྱ་བ་དཔོན་སློབ་བཙུག་པ་  
མ་ཡང་ཉིང་པ་དཔོན་སློབ་ཉི་ཤུ་ཙ་ལ། ཉོད་ལུང་བ་དཔོན་སློབ་སུམ་ཅུ་སོ་ལཱ་སྡེ་ཕྱིར་བྱོན་  
ནས། ཆོས་ལ་ཚུད་པ་མང་དུ་བྱས་པས། ཆིག་དོན་གང་ལ་ཡང་མ་ཅིག་མ་སྟབ། ཁྱ་མ་  
དཔོན་སློབ་ནམས་དད་པ་ཚུལ་མེད་སྐྱེས་ནས་ཆོས་ཁྱུས་ཤིང་། རེ་བཙུན་མ་སློལ་མ་དངོས་  
ཡིན་པར་འདུག་ཟེར་ཞིང་། སྟན་པ་མཐའ་ཡས་པ་བསྐྱགས་པས། དགོ་བཤེས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་དད་ཅིང་། ཉོད་སྡེ་ངག་གི་དབང་སྒྲག་ཟེར་བ་དང་། ཤོལ་སྡེ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་བྱ་  
བའི་སྡེ་ཉོད་གསུམ་ལ་མཁས་པའི་སྟན་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་ཁྱུས་པ་ལ་སོགས་པ་དགོ་  
འདུན་པ་མང་རབ་ལ་ཆོས་བསྟན་ཅིང་གྲགས་པར་གྱུར་ཏེ། གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་པམ་ཉིང་པ་  
བྱོན་ནས་ཆོས་ཀྱི་བྱི་བ་མང་དུ་མཛད་པ་ལ། མཤེས་པ་ནི་མ་གྱུར་ཞིང་མ་ཅིག་གི་སྟགས་ལ་  
འབྱུངས་པའི་རྟོགས་སྤྱོད་ཆོས་ཀྱི་རྟོགས་ཚུལ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྟོལ་བཏོད་ཚུལ་ནམས་ཁྱུས་  
པས། ཁྱ་མ་ཤིན་ཏུ་མཉེས་ནས། ལྷ་མོ་སྐྱུ་འབྱུལ་གྱི་སྐྱུལ་པ་ཁོད་བོད་དུ་བྱོན་ནས། གངས་  
ཅན་ཁོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་མི་དང་མི་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ལ་འགོད་པར་བྱེད་པ་ངོ་  
མཆར་ཆེ་ཞིང་བདག་གིས་ཀྱང་ཕྱག་འཆལ་ལོ་མཆོད་པ་འབུལ་ཞིང་བསྟོད་པར་བྱ་ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་ཆོས་འབྲེལ་ཅིག་ལྷ་བྱས་པས། རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པས་དེ་འདྲ་  
བྱའི་གསུངས་ནས་མངོན་པའི་བཤད་པ་རྒྱས་པར་མཛད། ཡང་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྟན་བརྒྱན་  
འི་མེད་མེ་ལོང་སྒྲོར་གསུམ་དང་བཅས་པ་ལྷག་ལུས་མེད་པར་གནང་ནས། མ་ཅིག་གིས་  
ལེགས་པར་སྤྲུགས་སུ་རྒྱན་པར་བྱས། འཛིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་མ་ལབ་སྒྲོན་ལ་ཆོས་ཕྱག་རྒྱ་  
ཆེན་པོ་གཙོད་བྱ་བའི་ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཙུ་བཞི་དང་། བགེགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱན་  
ཅུས་མི་རྒྱལ་ས་པའི་གདམས་པ་ཁྲད་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ས་ལ་འགོད་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཁྲད་པར་ཅན་ཡོད་ཟེར་བའི་སྟན་པ་འཛམ་བུའི་སྤྲིང་ཐམས་  
ཅད་དུ་རྒྱུད་ལྷར་གྲགས་སོ། །

དེ་ནས་དགྲུང་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་གཅིག་ལ། འཆིང་ཕྱག་གི་སྦྱབ་གནས་ཕྱག་བཟང་  
དུ་བཞུགས་པའི་དུས་སུ། དབྱིད་ཆོ་ཐ་རྒྱུད་གི་ཆོས་བརྒྱན་གྱི་ལུབ་ལོ། རྩེ་བརྒྱན་མ་སྒྲོལ་མ་  
མཁའ་འགྲོ་མ་མང་པོས་བསྐྱོར་ནས་ཁྱོན་ཏེ། གསང་སྤྲུགས་ལྷ་དུམ་མ་རའི་རྒྱུད་ནས།  
སངས་རྒྱས་རིགས་ལྷ་རེ་རའི་སྒྲོ་ནས། དབང་བཞི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རེ་རེ་བསྐྱར་བའི་  
རིགས་ལྷ་ཀའི་སྒྲོར་ལུས་སྒྲོལ་མ་མཛད་ཅིང་། ལུང་བསྟན་འདི་གསུངས། དུག་ལྷ་ཞི་ཞིང་  
སྤྱ་ལྷ་བརྒྱལ་ནས་ཡེ་ཤེས་ལྷ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་རིགས་ལྷའི་དབང་ཟབ་མོ་འདི་སེམས་ཅན་  
ལ་པན་ཐོགས་པའི་སྤྲིང་དུ་རྒྱལ་འཕྱོར་མ་ཁྲོད་ལ་ཕོག་པས་ལས་དང་སྐལ་བར་ལྡན་པའི་  
རྒྱལ་འཕྱོར་མ་ཁྲོད་ཀྱིས་གསང་སྤྲུགས་ལྷ་དུམ་མ་ར་སྤྲུགས་སུ་བརྩེད། མ་རིག་སྟན་སེལ་  
ཉམས་སུ་ལེན་ལ་ནང་གི་ཟབ་ཆོས་ཀྱིས་ལ། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཉིང་ཁུའི་ཆོས་འདི་གཉིས་  
ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་སྒྲོལ་དུ་ཞུགས་ལ་རིགས་རྒྱུད་རྒྱུད་སྤྲེལ་མིང་གསུམ་པོ་གྲོལ་བར་གྱིས་  
ལ། རྒྱུད་པ་སུ་ཉིག་གི་སྤེང་བ་ལྷ་བུ་ནི་ད་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱུད་པ་བརྒྱའི་ཐ་མར་གསང་  
སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ནཱ་ཐའི་དབྱིངས་སུ་རྫོགས་པ་འོང་། རྒྱལ་འཕྱོར་མ་ཁྲོད་གསང་  
སྤྲུགས་དང་། གཟུངས་སྤྲུགས་དང་རིག་སྤྲུགས་དང་གསུམ་གྱི་གཙོ་མོ་བདག་མོ་ཆེན་མོར་  
མངའ་གསོལ་ནས། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་མོར་བཞུགས་ཤིང་། གསང་བའི་མཁའ་འགྲོ་

མཐོང་ནག་རྟེ་རྟེ་འེ་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་གི་མ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལྷ་མོ་རྟེ་རྟེ་བདུད་འདུལ་མ། མཁའ་འཕྲོ་མ་  
 བཅས་ཅད་ལ་དབང་བསྐྱུར་བའི་རྟེ་རྟེ་དམིངས་ཀྱི་དབང་ལྷག་མ། ཁྱོད་ཀྱི་ཡབ་ཉེ་རུ་ག་  
 ལྷས་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཁ་ཤི་ག་ལ་བརྟེན་ནས་གསང་བའི་བརྟུལ་ཁྲགས་བསྐྱེད་ལ། སེམས་  
 ཅན་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ་ནས་ས་དཀྱིལ་འཁོར་རུ་བརྟུད་ནས་སྒྲིབ་ཅིང་ཕྱོལ་བར་གྱིས་  
 གསུངས། དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་སངས་རྒྱས་རིགས་ལྷ་ལ་བསྐྱེད་བ་རེ་རེ་མཛད། ཕྱོལ་མ་  
 ལ་ཤོ་ལོ་ག་ཉི་ཤུ་ཙུ་ག་ཅིག་མཛད་པའི་སྟེང་རུ་འདི་ཁྲུས་སོ། །

ཁྱིད་ཀྱིས་བདག་ལ་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ནས། དབང་བསྐྱེད་དང་ཁྱི་  
 ཀྱིས་བརྒྱབས་པའི་རྩས་པ་སྤྲུག་མོང་མ་ཡིན་པ་གནང་བས། ང་འདྲ་བའི་སྤྱི་དམན་སྒྲུབ་  
 མོངས་ཉམ་ཆུང་ཡང་། ད་ནས་ཁྱིད་ཀྱི་བཀའ་བློན་ཀྱིས། འགྲོ་བའི་དོན་གྱང་འབྱུང་བ་ཡིན་  
 བས་སྟམ་པའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཅམ་ཡོད་མོད་གྱང་། ད་དུང་ཁྱིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ་  
 རྩས་པས། སྤྱོལ་མའི་ཞལ་འཇུག་པའི་ནམ་པ་ཅན་མཛད་དེ། འཁོར་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་  
 རྣམས་ལ་དར་ཅིག་གཟིགས་པ་མཛད་ནས་འདི་གསུངས། རྣལ་འབྱོར་མ་ཁྱོད་སེམས་རྩམ་  
 བར་མ་བྱེད་ཅིག །ཁྱོད་ཀྱིས་སྤར་སྤྱེ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱངས་པ་མཐའ་ཡས་པ་བྱས་པས།  
 དོན་ལ་མཐར་ཕྱིན་བ་ཡིན་པས་ངས་ཁྱོད་ལ་ད་ལྟ་བུ་བརྟན་པའི་ཚུལ་བྱེད་བ་ཡིན་ཅིང་།  
 ཁྱོད་ཡུམ་ཆེན་མོའི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྦྱལ་བ་ཡིན་ནོ། །ང་ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 མཁའ་འགྲོ་མ་དོ་རྗེ་དབྱེརས་ཀྱི་དབང་སྤྲུག་མ་བྱ་བ་ཡིན། ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 གྲོལ་སྤྲུག་ཁྱིད་དང་ཉིད་ཡིན་པས། སྤོ་མ་རྩམ་ལ་སེམས་སྒྲུ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཅིག་གསུངས།

ཡང་མ་ཅིག་ན་རེ། དུམ་ཆེན་མོའི་སྤྲུག་ས་སྤྱུལ་གྱི་དང་དབྱེར་མེད་པ་ལ་དེའི་སྤྱི་  
 རྒྱུ་གང་ལྟར་མཆིས། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོལ་སྤྲུག་ར་ལ་བྱུང་སྤྲུག་གང་ལྟར་ལགས།  
 དུམ་ཆེན་མོ་ད་ལྟར་བཞུགས་ཡུལ་གང་ལྟར་ལགས། ཞེས་སྒོལ་མ་ལ་ཞུས་སོ། །སྒོལ་  
 མའི་ཞལ་ནས། རྣལ་འབྱོར་མ་ཁྱིད་ཀྱིས་འདས་པ་དེ་རྣམས་སྤྲུག་ས་ལ་གསལ་མོད་ཀྱང་།  
 ལེགས་པར་ཉོན་དང་། དས་བཤད་པའི་ཚུལ་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་དུམ་ཆེན་མོ་ཞེས་པ་ནི།



ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་པ་དང་། བདག་མེད་པའི་ཤེས་རབ་  
སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་པའི་རོ་ཤོ་ཉིད་སྒྲིབ་གཏོག་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་པའི་  
དོན་དམ་པའི་ཆོས་ཉིད་དེ་ལ། སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཡུལ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། འོན་  
ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསོད་ནམས་གསོག་ཅིང་། མཆོད་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་  
ཡུལ་ཆེན་མོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ང་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་པའི་འདུན་  
པ་བྲག་པོས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྟོན་ལམ་དང་ཐུགས་རྗེའི་ཤུགས་ལས། ཆོས་ཉིད་སྟོང་  
པའི་འོད་མདངས་ལས། འོད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དམར་སེར་ཡུལ་ཡིག་གིས་མཚན་པ་འོད་དུ་ལྷུ་བ་  
ལས། ཡུལ་ཆེན་མོ་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་ཞལ་གཅིག་ཤུག་བཞི་མ་ཞབས་རྗེ་རྗེ་སྒྲིབ་ཀྱང་  
དུ་འོག་མིན་བཞུགས་པ། མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་སྐར་སྟོན་ཅིང་བཞེངས་པ་  
ལ། སྤྲུལ་སྤྱོད་པ་བཅུའི་སངས་རྒྱལ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ནས།  
རྒྱག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་ཁམས་ཤིན་ཏུ་དག་ཅིང་ཆེར་དག་པའི་གནས་ཀྱི་མཚོག་དུ་གྱུར་  
པའི་ཕོ་བྲང་དེར་ད་ལྟར་ཡང་བཞུགས་པའོ། །

དེ་དུས་སུ་ངའི་ཐུགས་ཀར་ནས། འོད་ཟེར་ལྗང་ནག་རྩྭ་གི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་སྟོས་ཏེ།  
ཡུལ་གྱི་ཐུགས་ཀར་ཞུགས། ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱུལ། འོད་ཟེར་ཕྱིར་འཕྲོས། ཐུགས་བཅུའི་  
སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བྱས་པ་བསྐྱུས། ཡུལ་གྱི་ཐུགས་ཀར་  
ཐེམ། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་རྗེ་རྗེ་སྟོན་པའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། མཁའ་  
འཕྲོ་མ་སྟོ་སངས་ནམ་མཁའི་མདོག་འདྲ་ཞལ་གཅིག་ཤུག་བཞི་དང་ལྗན་པ། རྗེ་རྗེ་དབྱིངས་  
ཀྱི་དབང་ཐུག་མར་མངའ་གསོལ་ལོ། །རྗེ་རྗེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཐུག་མའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་  
དང་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ཞིག་འགྲེང་ཅིང་། རོ་ཤོ་ཐུགས་  
ཀྱི་སྤྲུལ་པ་རྗེ་རྗེ་བདུད་འདུལ་མ་མཐིང་ནག་ཞལ་གཅིག་ཤུག་གཉིས་སྒྱི་བོར་པག་ཞལ་རལ་  
པའི་དབུས་སུ་ཐོན་པ། མཁའ་འཕྲོ་མ་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་སྐྱེད་ཅིང་། སྤྱིད་པ་གསུམ་ཟེལ་  
ཀྱིས་གཞོན་པ་བྲགས་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་ལ་བཀོལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་

ཀྱི་མོལ་ཕྱག་འབྲུང་བའི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཡིན་ནོ། །རྗེ་རྒྱལ་འདུལ་མ་དེ་ནི་འགྲོ་བ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ། གང་ལ་གང་འདུལ་སྟོན་པའི་བྱིར་དུ། ཐ་མལ་བའི་སྤྱི་བ་མང་པོ་  
བཞེས་ནས། རྟེ་སྟོན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒོ་སྤྲངས་ཡིང་། འགྲོ་བའི་དོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་མཛད་  
པའི་མཐར་པོད་དུ་ལབ་སྟོན་མ་ཁྱོད་ཉིད་ཡིན་ནོ་གསུངས།

དེ་ནས་མ་ཅིག་ན་རེ། རྗེ་བཙུན་མ་ཆེན་མོ་ལགས་ཁྱིད་ཀྱིས་གསུངས་པ་དེ་རྣམས།  
ད་ནི་ངའི་ཡིད་ལ་ཡང་ཤར་ནས་བྱུང་བ་ལགས། ཁྱིད་ཀྱིས་བདག་ལ་གནང་བའི་གསང་  
སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་དར་ཆ་བྱེད་ཅིང་། འཆད་ན་འགྲོ་བའི་དོན་བྱུང་ནས་དར་  
རྒྱས་སུ་འགྲོ་བ་ལགས་སམ་ཞུས་པས། རྗེ་བཙུན་མས་ངས་བཤད་པའི་གསང་སྤྲུགས་སྒྲ་  
ན་མེད་པའི་ཟབ་གནད་རྣམས་ལ་སྤྱིའི་འཆད་ཆོས་བྱས་པས་མི་འོང་། སྤྲུགས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་  
ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་། ཆིག་བརྒྱད་དུ་བྱས་ནས་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ་རེ་རེ་ཅམ་སྤྲིན་ཅིང་གོལ་  
བར་བྱས་ལ་བྱད་པར་དུ་ཆོས་ཀྱི་དར་ཆ་རྣམས་ངས་བསྟན་པའི་ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་དོན་ཀྱི་  
ཐབས་བྱད་པར་ཅན་དང་། ས་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྤྱིང་པོ་དོན་ཀྱི་ལྷ་བ་གཉིས་དབྱེར་མེད་  
གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ལ་འགྲོ་བའི་དོན་ཀྱིས་དང་། སྤྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་ཅོད་  
ལྷན་ཀྱི་དུས་སུ་གངས་ཅན་སྤྲོངས་ཀྱི་མི་དང་མི་མ་ཡིན་ཐམས་ཅད་ཁྱོད་ཀྱིས་འདུལ་བའི་  
དུས་ལ་བབ་པས། རྣལ་འབྱོར་མ་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བས། ཁྱོད་ཀྱིས་བྱིར་  
མི་ལྟོག་པའི་ས་ནོན་པ་ཡིན་ནོ་གསུངས་ནས། སྤྲུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
སྟོས་ཏེ་སྤྱིང་འོག་སྤྲུགས་མཆོམས་ཀྱིན་བྱས་པར་བྱས། འོད་ཟེར་རྒྱུ་བསྟན་པ་ཉིད་ཀྱི་  
སྤྱིང་གར་ཐེམ་པར་མཛད། དེ་ནས་སྟོལ་མ་འཁོར་བཅས་རྣམ་མཁའ་འོད་ཀྱིས་གང་བ་ལ་  
ཐེམ་ནས་ཐལ་ཅ་རྣམ་ལངས་ཁ་སྟུན་ནི་རེ་བ་འདུག །དེ་ནས་མ་ཅིག་ཟངས་རིར་བྱོན་པའི་  
ལམ་དུ། མགོན་པོ་ནག་པོ་དར་ནག་གི་རལ་ཁ་བྱོན་པ་ཞིག་དང་། བྲག་ལྷ་མགོན་པོ་དང་  
གཉིས་རང་རང་གི་འཁོར་དང་བཅས་པས་བསུ་བ་བྱས་ཏེ། མཁར་དམར་དུ་བྱོན།

དེ་ནས་དགུང་ལོ་བཞི་བཅུ་ཞེ་གཉིས་དུས་སུ། ལུ་བ་གཅིག་གི་མི་ལམ་དུ་མ་ཅིག་  
མེ་རྟོག་གི་ཆལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བྱིན་ཏེ། མེ་རྟོག་འདྲབ་མ་སྟོང་དང་ལྷན་པའི་ཁ་དོག་སྒྲ་  
ཆོག་པ་ལ། འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཅིག་གི་སྟེང་དུ་སྒྲི་སྟོན་བསོད་ནམས་སྒྲ་མ་སྒྲི་མདོག་  
དཀར་པོ་འཇའ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཅིག་ཏུ་བཞུགས་པའི་སྤྱི་བོར་དམ་པ་སངས་རྒྱུས།  
དམ་པའི་སྤྱི་བོར་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ། དེའི་གཡས་སུ་འཇམ་དཔལ་དམར་པོ། གཡོན་དུ་  
ཨ་ཅུ་དེ་བ། རྒྱབ་དུ་སྤྱ་ཀ་སི་རྟེ། མདུན་དུ་རྩེ་བཅུན་མ་སྟོལ་མ་དང་། དེ་རྣམས་ལོངས་སྤྱིའི་  
རྣམ་པ་ཅན་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་བཞུགས་ནས། བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཅིང་།  
སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་ནས་ལྷང་གི་རྩེས་སུ་གནང་བ་མང་པོ་མཛད། ང་ཡི་  
ཕྱོགས་བཞི་མཁའ་འགྲོ་མ་དཀར་མོ་བཞིས་དུང་དཀར་བཞི་འབྲུད་པས། སྤིང་བཞིར་ཐོས་  
པ་ཙམ་དུ་གྲག་གོ་སྤྲུལ་བ་བྱུང་ཙན་རྣལ་སངས་པར་འདུག །དེའི་བྱི་ཉིན་ཉི་མ་ཅེ་ཤར་བའི་  
དུས་སུ་སྤྲུལ་ཆུང་བ་དང་། སྤྲུལ་མོ་གཉིས་ཡབ་ཀྱིས་བསྐྱུལ་ཏེ་བྱུང་། དེ་ནས་ཡབ་ཡུམ་  
གཉིས་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་ཉམས་སྤྱར་མཛད་ཅིང་སོ་སོར་སྟོན་ལམ་བཟབ་ནས་ཁམས་བཟང་  
གི་མགུར་མ་རེ་རེ་མཛད་ནས། ཡབ་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན། སྤྲུལ་གྲུབ་ཆེན་ལོ་བཙེ་ལྷ་ལོན་པ་  
དེས། ཡབ་ཀྱི་ལུགས་ཀྱི་བདེ་མཆོག་དང་། མཆོ་སྤྱིས་དང་མི་འབྲུགས་པའི་ཆོས་སྟོར་  
དང་། དོ་རྩེ་རྣམ་པར་འཛིན་པ་གསང་བའི་སྤྱབ་ཐབས་དང་། ཏྲ་མ་གྱིན་ནག་པོའི་སྤྱབ་  
ཐབས་རྣམས་ཤེས་སོ། །

སྤྲུལ་མོ་ལོ་བཅུ་ལོན་པ་དེས། རྩེ་བཅུན་མ་དམར་མོ་དང་། ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཁ་  
སར་བ་ཉིའི་སྤྱབ་ཐབས་དང་། ཉི་ཁྱི་དང་། འབྲུམ་དང་། ཡིག་ཆེན་རྣམས་ཤེས། དེའི་ཆོ་  
གྲུབ་ཆེན་ལ་ཞལ་གྱི་སྟོ་བརྒྱལ་གྱིས་ཟིན་པས་མ་ཅིག་གིས་སྤྱག་བསྐུལ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་  
ཞི་བར་བྱེད་པ། རིན་ཆེན་སྟོན་མེ་ཞེས་པའི་གདམས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་གནང་  
ནས། དུར་ཁྲོད་གཅིག་ཏུ་ཞག་བདུན་ཉལ་བས། སྟོ་འཛོག་གི་ནད་ཞི་ནས་རྟོགས་པ་ཁྱད་  
པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྤྱེས། གདམས་པ་དེའི་སྟོར་ཐམས་ཅད་མ་ཅིག་གིས་གནང་ནས། སྤྲུལ་

ཀྱི་ཐུགས་སུ་ཆུད་པར་བྱས། དེ་ནས་དམ་པ་སངས་རྒྱུ་ཐངས་རིར་སྤྱོད་བྱངས་ཏེ། སྤྱི་  
རབ་ཏུ་བྱུང་ནས། ཆོས་སྒྲིག་ཆེན་པོ་མཛད། དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་སྤྱི་མིང་དེ་ངས་  
གདགས་གསུངས་ཏེ། དམ་པས་དེ་ཅི་ལགས་གསུངས་པས། མ་ཅིག་གིས་ངས་གདགས་  
དགོས་པའི་ཉེན་འབྲེལ་བྱུང་བས། ད་ཁོའི་པ་དེ་ཐོད་པ་ཡིན། ཁོ་ལ་ཞལ་གྱིས་ཐེབ་པའི་ནད་  
བསལ། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུ་ཐངས་ཅད་ཀྱི་ངོ་པོ་སྒྲ་མ་ཁྱེད་ལྟ་བུ་དང་མཛེས་ནས་  
རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པས། ཁོའི་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་གྲུབ་ཡོད་པས། ད་ཁོ་ལ་ཐོད་སྒྲིག་  
བསམ་གྲུབ་ཏུ་མིང་བཏགས་དང་། ངའི་ཆོས་རྒྱུད་འཛིན་པའང་ཁོ་ལ་འོང་བ་ཡོད་པ་དང་།  
ཁོ་སྒྲིག་དང་ལྡན་པ་ཡིན། ངའི་མི་ལམ་དུ་རྒྱ་གི་མ་བཞིས་དུང་དཀར་གཡས་འབྲིལ་བཞི་  
འབྱུང་བ་གླིང་བཞིར་ཐོས་སྒྲུབ་པ་ཅམ་བྱུང་བའི་ཕྱི་ཉིན་ཁོ་སྤྱི་བས་སོ་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་དམ་པ་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཐོད་སྒྲིག་བསམ་གྲུབ་ལ་ཐུགས་དམ་འཇལ་  
དཔལ་གྱི་རྗེས་སུ་གནང་བ་མཛད་རྗེ་བཅུན་མ་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱི་འབྲེལ་ཆེན་མོ་མ་རྒྱ་མ་ཡ་  
དང་། ལྟ་བུའི་དབང་ནམས་རྫོགས་པར་བསྐྱར། སྤྱི་མའི་ནམ་འབྱོར་ཐབ་ཆོས་དང་། གཞུང་  
ཁོལ་ཆོ་བྱུག་གི་གདམས་པ་ལྟག་ལུས་མེད་པར་གནང་། མ་ཅིག་གི་བསྒྲན་པ་བཟུང་ནས་  
འགོ་བ་ལ་པན་ཐོགས་པར་ལུང་བསྒྲན་མཛད། དམ་པ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེ་ལ་འབྲུལ་  
ནོམ་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ། དམ་པ་ལ་སྒྲིག་དུ་བྱོན། དེ་ནས་ཐོད་སྒྲིག་བསམ་གྲུབ་དམ་པ་རིན་པོ་  
ཆེ་ལ་ལྟག་པར་དད་ནས་ངའི་པ་ནི་དམ་པ་ཡིན་ཟེར་ཞིང་། ཉིན་ལན་གསུམ་མཆོན་ལན་  
གསུམ་ལ་དམ་པ་དང་མ་ཅིག་གཉིས་ལ་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་པས། ཐམས་ཅད་ལ་  
པ་དམ་པ་ཞེས་གྲགས་སོ། །

སྤྱི་ཆེ་བ་གྲུབ་པ་ནི་ཨན་མགོ་ཡག་བྱ་བའི་བཅན་དར་བ་གཅིག་གི་བྱ་མོ་ཆུང་  
མར་ཐངས་ཏེ། ད་ལྟ་ཨན་པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་ཅིང་ཆོས་ལ་མ་ཆུད་དོ། །དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་  
ཐོད་སྒྲིག་སྐལ་ལྡན་དུ་གཟེགས་ནས། དང་པོ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་སྒྲོ་ནས། ཆོས་དབང་  
སེམས་ལ་བསྐྱར་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི། ནམ་ནམ་མཁའ་སྒྲོ་འབྱེད་ཀྱི་ངོ་སྒྲོད།

འཕོ་བའི་གདམས་པ་ཞལ་ཤེས་དམར་ཁྲིད་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་པར་གནང་། ཕྱགས་  
བཅུའི་སངས་རྒྱས་གནས་སུ་འགྱུར་བའི་སྐབས་སུ་དབང་བརྒྱ། མ་རྒྱད་མཁའ་འགྲོ་གནས་  
སུ་འགྱུར་བའི་དབང་བརྒྱ། གཏོར་མ་ལ་བརྟེན་པའི་དབང་བརྒྱ་དང་སུམ་བརྒྱ་རྫོགས་པར་  
བསྐྱར་ནས་སྤྲིན་པར་བྱས་ཤིང་། དེའི་བསྐྱེད་རིམ་ལ་ལྷོ་སྤྱིང་དུ་བཅུག་པས་ཁྲ་བ་བཞི་ནས་  
བརྟན་པ་ཐོབ། དེ་ནས་རྫོགས་རིམ་ལ་སྤངས་པས། ཁྲ་བ་གསུམ་ནས་བོད་ཆད་ཐོབ་ཏུ།  
བསྐྱེད་རྫོགས་གཉིས་ལ་རུས་པ་ཐོབ། དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་ཆོས་ལུགས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
གཙོད་ཀྱི་ཆོས་སྒྲོར་ནམས་གནང་བས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཙོད་ལ་རུས་པ་ཐོབ་ཅིང་། ཕྱགས་  
སུ་རྒྱད་པར་མཛད།

དེ་ནས་དགྲུང་ལོ་བཅུ་དྲུག་ལ་བྱོན་པའི་དུས་སུ་མ་ཅིག་གིས་ད་ནི་སྐྱབ་པ་ཞིག་  
བྱེད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གཤམ་པོའི་གངས་ལ་ཡོད་གསུངས་ནས། རོད་སྟོན་བསམ་བླ་བ་  
ཐོགས་གསུམ་དང་འགྲོགས་ནས་བཏར་བས། ཁྲ་བ་གཅིག་རེད་པའི་ནངས་པར་ཐོ་རངས་  
ཁ་ལ་མ་ཅིག་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་གཤེགས་ཏེ། ཉི་མ་ཅེ་ཤར་ཅ་གཤམ་པོའི་  
གངས་ལ་བྱོན་ནས། ཆོགས་འཁོར་ཆེན་པོ་བཤམས་ཏེ། ཉི་མ་ངོས་ཅ་སྐས་སྐེབས་  
སོ། །ཁྲོད་བཞི་ཐང་མ་ཆད་དམ་བུས་པས། རེད་མ་ཆད་ལགས། མ་ཅིག་བྱོན་པས་ཕྱགས་  
ལ་བཏགས་སོ་ཟེར་སྐྱད། དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་སྐས་ལ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་བྱོན་དབང་ཆེན་མོ་  
དང་། རིགས་ལྗེའི་དབང་མོ་ཆེ་དང་། བག་མོ་གསང་སྐྱབ་ལྷ་ལྗེའི་དབང་ནམས་རྫོགས་པར་  
བསྐྱར། ལྷན་བརྒྱད་ཀྱི་ཁྱད་སྤངས་ནམས་བཀོལ་ནས་གདམས་པ་ནམས་མ་ལུས་པར་གནང་།  
ཞག་བདུན་བཞུགས་ནས་གནས་དང་ཕྱག་པ་ལ་བྱོན་པར་ཅིང་། བྱོན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་  
མཛད། དཔའ་བོ་དང་། དཔའ་མོ་དང་། མཁའ་འགྲོ་མ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འདུས། སྐས་གྱིས་  
མ་ཅིག་རྟོ་རྟེ་པག་པོ་དངོས་ལ་ཞལ་གཟིགས། མེ་ཏྲག་གི་ཆར་དང་། འཇའ་འོད་དང་། རོལ་  
མོའི་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་རོ་མཆར་བའི་ལྷས་མང་དུ་བྱུང་། གཞི་བདག་གཤམ་པོ་ལ་བཀའ་  
བསྟོན་མཛད་དེ། སྐས་གྱིས་སྐྱབ་པ་ལ་བར་ཆད་མི་བྱེད་པར་བསྐྱབ་པའི་ཐོགས་བྱེད་པར་

དམ་བཅས། བསྐྱེད་རིགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་དེ་མེད་མ་བྱ་བ་ལ། སྤྲུལ་ལ་འཆོ་བ་སྦྱར་བའི་  
ཡོན་བདག་གིས་གསུངས་ནས། བཀའ་གནང་སྟེ། མཁའ་འགྲོ་མས་ཡོན་བདག་བྱེད་པར་  
ཁས་ཁྲུངས་སོ། །

དེ་ནས་སྤྲུལ་ལ་ལོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་སྦྱོངས་ལ། དུང་པོ་ཁམས་དང་སྤྱི་  
མཆོད་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་པོ་བྱ་བ་དུ་གྱུར་ཅིང་། དག་སྒྲུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་སྦོ་  
སྦྱང་ཞིང་བརྟན་པ་འཛོལ་པར་གྱིས་དང་། དེ་ཆེ་འཆོ་བ་སྦྱར་བའི་ཡོན་བདག་འདིར་ཡོད་  
གསུངས་ནས། སྤྲུལ་བྱ་གནང་དུ་བྱོན་ཏེ་རྩ་བ་ཉིངས་པ་ལུས་རྣམ་སྒྲུང་གི་ཆོས་བདུན་དང་  
ལྡན་པར་བཞུགས་ནས། བྱ་ལ་ལྷན་གྱི་སྒྲོལ་བྱ་གིས་བཅད་དེ་སྤྲུལ་གྲང་མི་མཐོང་བར་  
བྱས་ནས། མ་ཅིག་གི་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་དང་བཅས་ནས་མཁའ་ལ་གཤེགས་ཏེ་ཟངས་  
རིར་བྱོན་ནོ། །དེ་ནས་སྦྱོང་བ་གསུམ་རེད་ཅ་མོད་སྦྱོན་ལ་བཀའ་བཏུས་པ་ལས། སྦྱོར་བ་འབྲུག་པའི་  
སྒྲུང་བ་ཞིག་བྱུང་བས། མས་འཆོ་བ་སྦྱར་བའི་ཡོན་བདག་ཅིག་ཡོད་གསུངས་པ་མི་སྒྲུང་སྟེ།  
གནས་འདི་མ་ཅིག་གིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་གནས་ཡིན་པས། དེར་ང་ཡང་མའི་བྱིན་  
སྐྱབས་ལ་འཇུག་པའི་གནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཟས་ལ་བརྟེན་པས་ཆོག་པས། ལྷོགས་ནས་  
འཆི་ནི་མི་འོང་སྟུམ་ཅ། དར་ཅིག་ཉི་མའི་སྤྲུལ་མདའ་ཤར་བ་འབྲུག་པ་ཞིག་བྱུང་བའི་རྒྱུད་ལ་  
བྱུང་མེད་དམར་མོ་གཟེ་བརྟེན་དང་ལྡན་པ་གཅིག་གིས་བདུད་ཅི་ཡིན་ཟེར་བས་ཞལ་ལུ་  
གང་བཟུང་བ་ཞིག་བྱུང་ནས་སྤྲུལ་བ་པོ་འདི་གསོལ་ལ་སྤྲུལ་བ་མཐར་སྦྱོལ་ཅིག་གསུངས།  
བདུད་ཅི་གསོལ་བས་རོ་མཆོག་བརྒྱ་དང་ལྡན་ཞིང་ལུས་སེམས་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེན་  
པོས་རྒྱས་ཏེ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཟས་ལ་སྤེད་པ་མི་སྦྱེ་བར་ཐལ་ལོ། །

དེ་ནས་འདི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྟུམ་ནས་སྤྲུལ་པའི་བོད་  
ཏྲགས་ཆོད་ཅིག་བཤད་ན་སྟུམ་ཅ། མཁའ་འགྲོ་མ་དེས། ང་ལ་མ་ཅིག་གིས་ཁྱོད་ལ་འཆོ་བ་  
སྦྱར་བ་དེ་ཡིན། ང་ཁྱོད་ཀྱི་སྦོལ་དཔོན་ནི་མ་ཡིན་པས། སྤྲུལ་པའི་བོད་ཏྲགས་ང་ལ་མ་  
བཤད། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གཉེར་དུ་སྦྱོས། ཁྱེད་ལ་ད་དུང་ཁུ་འཕྲིག་སྒྲུང་བས། ལྷ་རྟོག་སེམས་ལ་

གྲིས། དམར་ཐག་རིག་པ་ལ་ཆོད། ལྷ་སྟོང་བྱང་འབྲུག་ཏུ་ཤིལ། ཏུ་མ་རོ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཟེར་  
ནས་མི་སྤང་བར་སྐད། དེ་ནས་རྒྱ་བ་གསུམ་གསུམ་ནས་འཆོ་བ་ཐེབ་རེ་བྱང་། ལོ་ལྷ་ནས་  
མ་ཅིག་གིས་སྤར་རྒྱས་ཡོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་བ་ཞིག་བཏང་ནས། ཐོད་སྟོན་ཨེ་མཆེས་ལྟོས་  
གསུངས་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་པས་བྲག་ཕྱག་གི་སྒོ་ནས་ཐོད་སྟོན་བྲས་པས། ཨ་ཨ་ཟེར་བ་  
གྲགས་སོ། །ཁྱོད་མ་འབྲུགས་མ་ལྟོགས་སམ། མ་བྲག་པ་མ་བྱང་ངམ། ང་མས་ལྷ་རུ་  
བཏང་བ་ཡིན་བྲས་པས། ཐོད་སྟོན་ན་རེ། ཁྱོད་འོ་མ་བརྒྱལ་ལགས་སམ། མ་སྐྱེ་ཁམས་  
བཟང་པོར་བཞུགས་པས་རེ་དགའ་མོད། ངས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཟས་ཟ་བ། ད་ནི་ཟས་གྱི་  
སྲིད་པ་དང་བྲལ་བས། ང་ཅི་ལ་ལྟོགས། གཏུམ་མོ་གོས་སུ་གྱུན་པས་གོས་གྱི་སྲིད་པ་དང་།  
སྤང་བ་ཐོགས་སུ་ཕྱར་བས་ཐོགས་གྱི་སྲིད་པ་དང་བྲལ། བལྟས་པས་སངས་རྒྱས་གྱི་སྐྱེ་  
དང་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བས། དུལ་ཁམས་གཞན་གྱི་སྲིད་པ་དང་བྲལ་ནས་ཐལ་ལོ་ཟེར་ཏེ།  
རྣལ་འབྱོར་བ་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་མ་ལ་ལོ་རྒྱས་ཁུས་པས། མ་ཡང་མཉེས་ནས། ཁོ་ལ་དེ་ཅུམ་གྱི་  
ཁུས་པ་ཐོན་ཡོད་གསུངས། མ་ཅིག་གི་གདུལ་བྱ་ནི་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་སྟེ། མདོ་དབྱས་  
ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲ་མ་གདུགས་ཐོགས་པ་མན་ཆད་དགེ་བཤེས་བྲལ་བ་དང་། མའི་རྒྱལ་པོ་  
དཔོན་པོ་སྟོན་པོ་བཅུན་མོ་ཉོར་འབྲ་བཅུན་པ་དང་། སྐྱེ་པོ་པོ་མོ་དང་མཛེ་སྤང་ཡན་ཆད་  
དང་། བཟང་དགུའི་གཏུགས་ས། ངན་དགུའི་བཞེན་གནས་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལྷ་བྱའི་འཁོར་  
བཟང་ངན་ལྷ་སྟོང་ཅུམ་རྒྱན་དུ་འཁོར་བ་ཡོད་ཅིང་། བལ་པོའི་དུལ་ནས་མཇལ་བ་མང་པོ་  
འོངས་པས་སྐྱེ་བམོད་དང་ཆོས་གྱི་སྒྲན་པ་ཆེན་པོ་རྒྱ་གར་དུ་ཡང་གྲགས་སོ། །

དེ་ནས་རྒྱ་གར་རྫོང་རྫོང་གཞན་དུ་བཞུགས་ཏེ་རྣམས་འདུས་ནས། ཆོས་གྱི་འབྲུང་གནས་  
འདི་ཡིན་པ་ལ། འདིར་མ་གྲགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཙོད་བྲལ་པའི་ཆོས་གྱི་སྒྲོལ་བཏོད་  
ནས། བལ་པོ་མན་ཆོད་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལ་དབང་བསྐྱུར་ནས། བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞིའི་ནད་  
དང་། སྟོང་ཐག་བརྒྱད་ཅུའི་གདོན་གྱིས་མི་ཚུགས་པའི་གཙོད་ཟེར་པའི་ཆོས་འཆད་པ་པོ་  
དུམ་གྱི་སྐྱེལ་བ་ཡིན་ཟེར་བའི་བྱད་མེད་མིག་གསུམ་ཡོད་པ་གཅིག་གིས་བྱེད་དོ་ཟེར་བར་

གྲགས་པ། ཡང་ན་ཡུམ་གྱི་སྦྲུལ་པ་ཡིན་ངེས། ཡང་ན་བདུད་དང་རྒྱལ་བསེན་གྱི་སྦྲུལ་པ་  
འཛིགས་སུ་རུང་བ་འདི་འདུལ་བ་ཡང་དགའ་ཞིང་། འདུལ་བའི་གཉེན་པོ་གང་དགོས་པ་  
ཡང་ཤེས་དགའ་བས། བུད་མེད་ངེས་པོད་བསྐྱབས་ནས། རྒྱ་གར་ཡང་བསྐྱབས་བར་  
གདའ་བས། བུད་མེད་དེ་ཅད་གཅད་པ་ལ་འགྲོ་ཐང་ཐེར་ནས་ཐམས་ཅད་ཐོས་མཐུན་ནས།  
སུ་ཐོད་ཐོད་སོང་བས་བུད་མེད་མཐུ་ཆེན་ཅར་སླེབས་ན། ཕྱིར་ལོག་ཏུ་མི་སྟེར་བ་འོང་བས་  
བྱས་པ་ཆེ་ལ་མཁས་ཤིང་གྲུབ་པ་བརྟེན་པ་འགྲོ་དགོས་ཟེར་ཏེ། དེ་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་ནལ་  
འབྱོར་པ་གསུམ་ཁ་ཉོར་བས་གོང་སྒོང་འགྲིམ་པ་ལྟར་ནམ་མཁའ་ལ་འཕུར་ཏེ་འོང་བས།  
ཕྱི་ཉིན་ཉི་མ་ཅེ་མོས་ཅ། མཁར་དམར་གྱི་སྒྲ་དབྱེར་ཕྱིན་པ། མའི་གསོལ་རྩ་བ་བསོད་  
ནམས་རྒྱན་གྱིས་མཐོང་ནས། རང་རེའི་སྒྲ་དབྱེར་སྟེང་དུ་མི་ཤ་སྡོ་ལ་མིག་ཟབ་པ་རྩར་རྩར་  
བ་གསུམ་གྱིས་དར་ནག་པོའི་སྟོད་གཡོགས་བྱས་པ་གསུམ་འདུག །རང་རེའི་ཡུལ་ཁམས་  
གྱི་མི་མ་རེད། བལ་པོ་བ་ཡིན་ནམ་མ་ཅིག་ལགས་ཞུས་པས། མ་ཅིག་གིས་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་  
ཀར་མཁྱོགས་པ་ཡིན། གདན་བཟང་པོ་ཤོམས་གསུངས་ནས། གདན་སུམ་བཅེགས་  
བཏིངས་ཏེ། ལག་བརྟུན་གྱིས་ལ་ནང་དུ་གདན་འོངས་གསུངས་ནས། ལག་བརྟུན་བྱས་པས་ཨ་  
ཅ་ར་གསུམ་ནང་དུ་བྱོན་ནས་གདན་ལ་བཞུགས་པ་ལ། མ་ཅིག་གིས་རྒྱ་སྐད་གྱིས་ཁམས་  
བཟང་བྱས་པས། ཨ་ཅ་རས་ཀྱང་དེའི་ལན་བྱས། དེ་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནམས་མ་  
ཅིག་གིས་རྒྱ་སྐད་དུ་བྲིས་པས། བྲི་བ་ནམས་ལ་ལན་བཏབ་པ་དང་། ཁྱོད་གྱིས་རྒྱ་སྐད་ཤེས་  
པ་ཅི་ཡིན་ཟེར་ཏེ། མ་ཅིག་གིས་རྒྱ་གར་དུ་ལན་མང་པོ་སྒྲིམ་པས་རྒྱ་སྐད་ཤེས་པ་ཡིན་  
བྱས་པས། ཨ་ཅ་རས་ཁྱོད་གྱིས་སྒྲིབ་བྱས་པ་ཡིན་ནམ་གྱིས་པས། རས་སྒྲིབ་བ་སྒྲིབ་ཏུ་  
དང་གསུམ་བྱས་བྱས་པས། ཨ་ཅ་རས་ད་ལྟ་ཁྱོད་གྱིས་སྒྲིབ་པོད་ཟེར་བ་ལ། མ་ཅིག་གི་  
ཐུགས་དགོངས་ལ་ཨ་ཅ་ར་འདི་གསུམ་དང་རྒྱ་སྐད་དུ་གཏམ་པས་ངའི་བྱ་སྒྲོབ་ནམས་གྱིས་  
ཀྱང་མི་གོ། ལར་ཡང་རྒྱ་གར་བའི་ཚོད་པ་འདི་གསུམ་ཕྱིན་པ་དང་། བོད་ཐམས་ཅད་གྱིས་  
ཆོར་བའི་སྒྲིབ་བཤད་པ་དང་། ཆོག་གི་ཐ་སྙད་རྒྱ་བལ་པོ། བོད་གསུམ་ལ་ཚོད་པ་ཞིག་



བྱེད་དགོངས་ནས། ཨ་ཙ་ར་གསུམ་ལ་བྲང་ཁང་བྱེན་ས་བཞག །མདོ་དབུས་ཁམས་  
གསུམ་ཚུན་ཆད་ལ་རྐང་མཐོགས་པ་སོ་སོར་བཏང་ནས་མ་ཅིག་ལ་རྒྱ་གར་ནས་ཚོད་པ་བ་  
ཕྱིན་ནས། ཆོས་ཀྱི་ཚོད་པ་བྱེད་པ་དང་། མ་ཅིག་གིས་སྐྱེ་བ་བཤད་རྒྱ་ཡིན་པས། དེར་འོང་  
མི་གང་ཡོད་ཀྱིས་སྐྱ་བ་གཅིག་གི་ཆས་ཀ་དང་བཅས་ཤོག་ཅིག་བསྐྱགས་པས། མི་སོ་སོ་  
འབུམ་ཆོ་ལྷ་དང་། ལྷ་བརྒྱ་དང་། བདུན་ཅུ་ཙ་གསུམ་ཅམ་འདུས། དེའི་ནང་དུ་རྒྱ་གར་ནས་  
ཁྱོན་པའི་ལོ་རྒྱུ་བ་མཁས་པ་བཞི་འདུག་གོ །

དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་ཆོགས་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་སྟོན་བྱས་ཏེ། རྒྱ་ཐམས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་གཏོང་སྟོ་བྱས། དགེ་བ་ཤེས་དགེ་འདུན་པ་ཁྲི་ཆོ་བདུན་ཅམ་བཞུགས། དེ་ནས་ལོ་རྒྱུ་  
བས་བསྐྱར་ཏེ། ཨ་ཙ་ར་གསུམ་དང་། མ་ཅིག་ཆོས་ཀྱི་བཟོ་སྒྲིང་ཆོས་གང་ལ་བྱས་ཀྱང་མ་  
ཅིག་ལ་བྲགས་མ་རྟེན་དེ། ཨ་ཙ་ར་གསུམ་གྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་གར་ནས་དར་བ་ལ།  
མོད་ལ་ཆོས་མེད་དོ་ཟེར་དོ། །མ་ཅིག་གིས་དེ་བྱེད་བདེན། རྒྱ་གར་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
ཅད་དང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པས། སངས་རྒྱས་གང་བྱུང་བའི་དུས་སུ་  
ཆོས་གང་དར་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཤོད་དང་གསུངས་པ་ལ། ཨ་ཙ་ར་གསུམ་གྱིས་  
སངས་རྒྱས་གང་བྱུང་ནས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གང་བསྟོར་ནས་གདུལ་བྱ་སྟོང་བའི་ཚུལ་  
ཐམས་ཅད་ངས་མི་ཤེས་པས། ཁྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་གང་བྱུང་ནས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གང་  
བསྟོར་བ་ཐམས་ཅད་ཤེས་ན་ཤོད་ཟེར་བ་ལ། ལོ་རྒྱུ་བ་བཞི་ཀས་བསྐྱར་མ་ལྟོགས་ལ། མ་  
ཅིག་གིས་ཉི་མ་བདུན་ལ་གསུངས། དེ་ནས་ཨ་ཙ་ར་གསུམ་གྱིས། ད་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་བྲན་  
ཟེར་བ་དང་། ཁྱོད་རང་གི་ཆོས་འདིའི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་ཀྱང་ཤོད་ཟེར་བས།

མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། འོ་འདིར་འཆོགས་པའི་ཁྲིམ་པ་རྣམས་གསོན་དང་། རྒྱ་གར་  
བ་རྣམས་ང་དང་ངའི་ཆོས་ལུགས་རྣམས་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་ནས། ཨ་ཙ་ར་གསུམ་བཏང་  
ནས། ངའི་ཉམས་ལེན་པར་འོངས་པར་འདུག་པས། ང་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཡིན་ཚུལ་དང་། སྐྱེ་བ་  
བྲན་ན་ཤོད་ཟེར་བས། ངའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་མ་བཤད་ན། རྒྱ་གར་བ་ཨ་ཀྱང་ཡང་

ཆེ་སྟེ། བྱེད་པའི་གྲ་སྒོའ་དང་། འདིར་འཆོགས་པ་རྣམས་དང་། བོད་གངས་ཅན་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་པའི་གདམས་པ་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་འོང་བ་དང་། སྒྲིབ་མ་བཤད་ན། ང་ལ་ཡིད་མི་  
ཆེས་པ་ཞིག་འོང་བ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་ཉོན་ཅིག་གསུངས་ནས། དང་པོ་སྤྱབ་པ་ཆེན་པོའི་  
བཀའ་རྒྱུ་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟིགས་རྟོགས་མཛད་ནས། བཀའ་ཐོག་  
ཏུ་ཐོལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་བཀའ་ལ་བརྟེན་ནས་བཀའ་ཆོམ་ཆེན་མོ་བརྩམས་པས། བཀའ་ཆོམ་  
ཆེན་མོའི་སྐོར་རྣམས་མ་ལུས་པར་བཤད། དེ་ནས་སྤྱགས་ལ་འཁུངས་པའི་སྤྱོད་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བཤད། དེ་ནས་སྒྲ་མ་ལ་ཞུས་པའི་ཆོས་རྣམས་བརྒྱུད་ཚུལ་དང་བཅས་པ་དང་།  
སྒྲོལ་མ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་རྣམས་གྱིས་གནང་བའི་ཆོས་དང་ལུང་བསྟན་མཛད་  
ཚུལ་དེ་རྣམས་ཐོ་རེ་ཅམ་ཞིག་བཤད། དེ་ནས་སྒྲིབ་པ་ནི་རྩེ་བཅུན་མ་སྒྲོལ་མས་སྤྱགས་བསྐྱེད་  
ནས། ལུས་ཆེན་མོའི་སྤྱགས་ཀ་ནས་སྒྲུལ་ནས། རྩོམ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་སྤྱག་མ་ནས་བཟུང་  
སྟེ། ད་ལྟ་ལ་བསྒྲོན་གྱི་བར་ཏུ་སྒྲིབ་བ་བརྒྱ་དང་བདུན་བཞེས་པའི་ཚུལ་རྣམས་དང་། སྒྲིབ་  
འདིའི་སྒོན་ཏུ་རྒྱ་གར་ཏུ་འཁུངས་པའི་བརྟེན་སྒོན་ལམ་གྲུབ་ཅེས་བྱ་བར་སྒྲིབ་བཞེས་པ།  
པོ་ཏ་རིའི་བྲག་ཕྱག་ན་བྲ་ཞེས་པ་རྩེ་བཅུན་མ་སྒྲོལ་མས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སྤྱག་པར།  
པའི་ལུས་དེ་ད་ལྟ་བུ་གསལ་མཛདས་མ་ཉམས་པ་གཞོན་ཤིང་རྒྱས་པའི་ལང་ཆོ་དང་ལྡན་པ། ད་  
ལྟར་ཡང་ཡོད་པ་དེ་ཅན་དན་དཀར་པོའི་མེ་སྐར་ན་བྱི་བཟང་གིས་ལུལ་ཁམས་བྲུབ་པ་དང་།  
རོལ་མོའི་སྒྲ་དང་། རིན་པོ་ཆའི་རྒྱུ་ལས་གྲུབ་པའི་གདུགས་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་རྩིས་སྒྲ་  
ཆོགས་པ་དང་། མེ་ཏོག་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ཆར་ཆེན་པོ་འབབ་ཅིང་། འཇའ་དང་འོད་  
གྱིས་གང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟུ་ལས་ཏུ་མ་འབྱུང་ཞིང་། བྱེད་པར་ངོ་མཆར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་  
ངོ་། །

མགོ་བོ་དུང་ཁང་དེ་ལ་རྣམ་སྒྲུང་གིས་གཙོ་བྱས་པའི་རིགས་ལྡན་ལ་སངས་རྒྱས་  
སྐུན་མ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་མོ་ལྟ་སྒྲིབ་ཏུ་འཁྲིལ་ནས་བཞེངས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འབྱུར་ཏུ་  
བཏོད་ནས་བྱོན། སྒྲུལ་ཆོགས་རེ་རེ་ལ་རྣམ་རྒྱལ་མཆོད་རྟེན་རེ་རེ། སོ་རྣམས་ལ་དུང་

གཡས་འབྲིལ་རེ་རེ། མན་ཁ་ལ་ཨ་དཀར་པོ་རེ་རེ་རང་ཆས་སུ་བྱོན། ཨན་ཅན་དང་པོ་ལ་  
ཡུམ་ཆེན་མོ། སྤྲེལ་ཆོག་སྤྲེལ་རེགས་གསུམ་མགོན་པོ། དཔལ་གཉིས་ལ་སྤྲོལ་མ་དཀར་ལྗང་།  
སྟོང་ལ་ལྷ་ལྷ་ཐུབ་པ། བྲང་གི་དཀྲིལ་དུ་རྩོམ་ཆེ་འཆང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲེལ་དང་རུས་པ་  
ལྷག་མ་རྣམས་ལ་རིང་བསྐལ་ཁ་དོག་སྤྲེལ་པ་བྲངས་ལས་འདས་པ་དང་། གདུང་གི་རིལ་  
རིལ་སྤྲེལ་ཆེན་ཅམ་མ་སྤྲེལ་ཆེན་གང་འཕྱོན་པ་ཡོད་པས། དེ་རྣམས་ལྷག་ཆད་མེད་པར་རི་  
ལྷར་བཞག་པ་བཞེན་མ་བྱུང་ན། དས་བཞག་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་པ་ཡིན་པས། བྲིད་པ་རྩི་ཏ་  
རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་འདི་གདམས་པ་དེ་རྣམས་ལེགས་པར་རྩད་གཅོད་མཛོད་དང་། ཉགས་  
ཤིག་སྟོན་པ་འོང་བ་ཡོད། ད་དཔལ་གྲང་འགྲོ་དོན་བྲིད་ཅམ་རྩོགས། ལོ་ཡང་ལྷ་བཅུ་ཅ་  
གཉིས་ལ་བྱིན། ལོ་དགུ་བཅུ་གོ་དགུ་ནས་ལན་ཅིག་འོག་མིན་གནས་སུ་སྤྲེལ་བ་འཕོ་བའི་  
ཚུལ་སྟོན་ནོ་གསུངས།

དེ་ནས་དེར་འཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་མ་ཅིག་དང་། མིའི་ཆོས་དང་། སྤྲེལ་རབས་  
དང་བྲིང་གཞིའི་རྒྱས་གཏམ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཐེ་ཆོས་བསལ། སྤྲོ་འདོགས་  
ལེགས་པར་ཆོད་ཅིང་། དམ་པ་སངས་རྒྱས་དེར་འཕྱོན་པ་ལ་ཁྱེ་བ་བྲས་ནས། དམ་པ་རིན་  
པོ་ཆེ་བྲིད་པོད་གདས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་རྒྱང་མགྲོགས་པ་འདི་གསུམ་དང་སྟབས་  
གཅིག་དུ་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན་འཆང་། མ་ཅིག་གི་སྤྲེལ་པ་སྤྲེལ་པའི་གདུང་སྤྲེལ་ནས་རྟེན་ངོ་མཆར་  
བ་རྣམས་འཕྱོན་གསུངས་པའི་རྟེན་ངོ་མཆར་བ་ཞིག་འདིར་གདན་དྲོངས་ལ་ཐུགས་ལ་  
འདོགས་པར་ཁྱུས་པས། དེ་འདྲ་བའི་གསུངས་ནས། དམ་པ་དང་རྒྱང་མགྲོགས་པ་གསུམ་  
རྒྱ་གར་དུ་ཐོགས་པ་མེད་པར་བྱོན། ཆོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་སོ་སོར་ཞིག་གོ།

དེ་ནས་དམ་པ་དང་རྒྱང་མགྲོགས་པས། རྒྱ་གར་བ་ཐམས་ཅད་རྩོམ་གདན་དུ་  
བསྐྱུས་ནས། མ་ཅིག་གིས་གསུངས་པ་རྣམས་ལྷག་ལུས་མེད་པར་ཁྱུས། དེ་ནས་ཆོགས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་འདིའི་གདམས་པ་རྣམས་རྩད་ལེགས་པར་གཅད་དགོས་པས། པོ་ཏ་རིར་  
ལྷད་སོ་བྲིད་དགོས་ཟེར་བས། པ་རྩི་ཏ་ལྷ་བཅུ་ཅ་གཉིས་པོ་ཏ་རིར་བྱོན་པས། མ་ཅིག་གིས་

གསུངས་པ་བཞིན་གདུང་མ་ཉམས་པར་འདུག་པ་སྤངས་པས། མ་ཅིག་གིས་གསུངས་པའི་  
ཉེན་རྣམས་བྱོན་པས་རྒྱ་གར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། མ་ཅིག་འདི་ཡུལ་ཆེན་མོའི་སྐྱེ་བ་ཡིན་  
པར་ངེས་ཟེར་ཞིང་ཡིད་ཆེས་ནས། སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་ཅིང་མ་ཅིག་འདིར་གདན་པོར་དགོས།  
བོད་མཐའ་འཁོབ་ལ་སྟོད་མེད་པས། མ་ཅིག་སྐྱེ་ཡལ་དུ་འབྱོར་བར་གདའ་གཏམ་སྐད། དེ་  
ནས་ཉེན་རྣམས་དད་པའི་ཉེན་དུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆ་བགོས། དབུའི་རིགས་ལྷའི་འཁྲིལ་སྒྱུར་  
དེ་དོ་རྗེ་གདན་དུ་བཞུགས། ཐུགས་ཀྱི་ཤུག་ཐུབ་པ་དེ་དམ་པས་བོད་ཡུལ་དུ་གདན་པོར་  
ཏེ། དམ་པ་དང་རྒྱུ་མཁྱོགས་པ་གསུམ་དང་བཞི་སྟེ། ཟངས་རིར་མའི་བྱང་དུ་བྱིན་པ་དང་  
ཕྱག་འཆའ་ཏེ་ཕུས་མོ་བཅུགས་བསྐྱོར་བ་བྱས། མཆོད་པ་ཕུལ་ནས། རྒྱུ་མཁྱོགས་པ་  
གསུམ་གྱིས། མ་ཅིག་ཁྱེད་ཡུལ་ཆེན་མོའི་ཐུགས་ཀྱི་སྐྱེལ་པ་ངོ་མཆར་ཆེ། ཞལ་ནས་རི་  
ལྟར་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་ལོར་འབྲུལ་དང་ལྷག་ཆད་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་སྤང་།  
ཐུགས་ཀྱི་ཤུག་ཐུབ་པ་དེ་འདིར་གདན་པོར་པ་ཡོད་ཞུས་ཤིང་། མདོ་དབུས་ཁམས་  
གསུམ་གྱི་འཕྲོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དམ་པས་བྱིན་རྒྱལས་བྱས་ནས། ངས་ཐུགས་དམ་གྱི་  
ཉེན་བྱེད་གསུངས་ནས་ལ་སྟོད་དུ་གདན་པོར་སོ། །

རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱིས་མ་ཅིག་ལ་དད་པ་ཅོད་མེད་དུ་རྒྱུད་ཅིང་། སྒྲོ་སྒྱུར་གཤེད་བར་  
བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་སྒྲེམས་ཐག་ཆོད་ནས། མ་ཅིག་ལ་འདུད་པར་བྱུང་ནས་དམ་  
ཆོས་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་རྒྱ་བོད་གཉིས་ལ་གྲགས་ཤིང་དར་བར་བྱུང་། དེ་ནས་རྒྱ་གར་  
བས་མ་ཅིག་གདན་པོར་ཤིང་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོན་དགོས་ཞུས་པ་ལ། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས།  
ང་རྒྱ་གར་ན་འབྱོར་བའི་དོན་རྒྱུར། ངའི་གདུལ་བྱའི་སྐལ་བ་ལ་བོད་འདུལ་དགོས་པའི་དུས་  
ད་ལྟར་གྱི་སྐབས་འདི་ཡིན་པས། རྒྱ་གར་དུ་ལུས་ཐོག་འདི་ལ་མི་བྱིན་པར་ཡོད་པས། ཁྱེད་  
རྒྱ་གར་བ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་ལ། ཆོས་  
རྒྱ་གར་ནས་བོད་དུ་འོངས་ནས་དར་བར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་པས། བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱ་གར་དུ་  
ད་ལྟ་པན་ཆད་ལ་ཡོད་མ་སྒྲོང་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ང་སྐྱེ་བ་མང་པོ་ལ་རྒྱ་གར་དུ་སྐྱེས་པས་

ཁྱེད་རྒྱ་གར་བ་དང་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མང་རབས་ཡོད། ད་ལྟ་ད་པོད་དུ་སྒྲིུམ་བས་ཁྱེད་རྒྱ་  
གར་དུ་མ་བྲགས་པའི་དམ་ཆོས་བྲག་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཙོད་བྱ་བ་སྟོན་བ་ཡིན་པས། སྤང་མོ་  
ངའི་ཆོས་ལུགས་པོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་བྲགས་པའི་གཙོད་ཡུལ་འདི་ཁྱེད་རྒྱ་གར་བ་  
ལ་ཡང་གཟིགས་སུ་ལ་ཞིག་བྱེད་དགོས་གསུངས་ནས། མ་ཅིག་གི་ཐུགས་ལ་འཁྱུངས་པའི་  
ཆོས་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་རྒྱ་གར་དུ་བསྐྱར་བ་ལ། དེ་ཡང་མ་ཅིག་གིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ཉིད་ཀྱི་བཀའ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་ལ་གཟིགས་རྟོགས་མཛད་པས། བདུད་ཀྱི་ལེའུའི་  
སྐབས་སུ་གཟིགས་ནས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བར་གང་ལ་ཆགས་ན་བདུད་ཀྱི་  
ལས་སུ་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་དང་། གཟུགས་ནི་དཀར་པོ་སེར་པོ། དམར་  
པོ། རྩོན་པོ། ལྗང་ཁྲ། ལེབ་ཀླན་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཟུགས་  
གང་ནས་ཀྱང་འོང་བ་མེད། གང་དུ་ཡང་འཁྲོ་བ་མེད། གར་ཡང་གནས་པར་འགྱུར་བ་མེད་  
དོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་ནས། ཤེས་རབ་ཀྱི་བ་རོལ་དུ་  
ཕྱིན་པ་ལ་མཉམ་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལེགས་པར་གཟིགས་ནས་གྲོལ་བའི་  
ཚུལ་མཛད་དེ། བདུད་བཞི་རང་སར་གཙོད་པའི་ཉམས་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྒྲིུམ་པའི་  
ཁྱོད་ཆོས་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པ་མ་ཅིག་གིས་མཛད་པའི་གཙོད་ཀྱི་བཀའ་ཆོམ་ཆེན་མོ། ཡང་ཆོམ་  
ཆེན་མོ། ཉིང་ཆོམ་ལེའུ་ལག །གནད་ཐེམས། ཁོང་གོལ། གསང་བ་བདེ་ཆོས་ལ་བརྒྱ་སྐྱོར་  
གསུམ་གཞི་ལམ་དུ་སྟོང་བ། ཁྱད་པར་གྱི་གདམས་ངག་དང་བཅུ། རྒྱ་གར་དུ་བསྐྱར་བས།  
རྒྱ་གར་བ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྦྱངས་ཏེ། པོད་  
ཆོས་རྒྱ་ལ་དར་བར་བྱས་སོ། །

དེ་ཡང་མ་ཅིག་གི་ཐུགས་ལས་འཁྱུངས་པའི་ཁྱོད་ཆོས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་ནི། མ་ཅིག་  
རང་ཉིད་ནས་བཟུང་སྟེ། སྤས་པོ་སྤས་པོ། རིགས་རྒྱུད་དང་ཆོས་རྒྱུད་འཛིན་པ་བརྒྱ་དང་  
བཅུ་དྲུག་ལ་སོགས་པ་མན་ཆད་དུ་བརྒྱུད་པ་ཡོད་ལ། མ་ཅིག་ཡན་ཆད་ལ་བརྒྱུད་པ་མེད་  
དོ། །བཀའ་བརྒྱུད་དོན་གྱི་མན་དག་གི་རྒྱུད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྒྱ་ཐུབ་པ། འཇམ་དཔལ་

སྐྱ་བའི་སེའྲེ། སྐྱ་སྐྱབ་སྐས་པོ། ལྷུ་དེ་བ། བམ་ཟེ་ལྷུ་དེ་བ། དམ་པ་རྒྱ་གར། སྤྱི་ལྷུ་  
 སེའྲེ། བསོད་ནམས་སྒྲ་མ་དང་ཁྱ་དཔོན་གཉིས། མ་ཅིག་ལ་བ་སྤོན་མ་ལ་བརྒྱད་པ་ལ་ནི།  
 ཐབས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ཟེར་དོ། །ཕུམ་ཆེན་མོ། སྤོལ་མ། སུ་ཀ་སུ་རྒྱི། བམ་ཟེ་ལྷུ་དེ་བ། དམ་  
 པ་བསོད་ནམས་སྒྲ་མ། མ་ཅིག་ནམ་བརྒྱད་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ཟེར། ཡང་ཕུམ་  
 ཆེན་མོ། ལྷུ་ཐུབ་པ། སྤོལ་མ། སྐྱ་བའི་སེའྲེ། ལྷུ་དེ་བ། བམ་ཟེ་ལྷུ་དེ་བ་གཉིས་མན་  
 ཆད་སྐྱ་མ་དང་འབྲ་བ་ལ་གཉིས་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་བརྒྱད་པ་ཟེར་ཏེ། དེ་གསུམ་ག་ནི་  
 བཀའ་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། །

གསང་སྐྱགས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ནི། རྟོ་རྟོ་འཆང་ཆེན་པོ། རྟོ་བཅུན་སྒྲོལ་མ། སྒྲོལ་མས་  
མ་ཅིག་ལ་གནང་། མ་ཅིག་གིས་གསང་སྐྱགས་བཀའ་བརྒྱད་གནས་འགྱུར་ཡང་ཐིག་མེ་  
ལོང་ལུ་དུམ་མ་ར་དང་། དུག་ལྷ་སྐྱ་འདུལ་སྤྱོད་གས་བཅུདེ་སངས་རྒྱས་གནས་འགྱུར་དང་།  
སྐྱགས་བཅུད་མ་རིག་མ་བརྒྱད་མཁའ་འགྲོ་གནས་འགྱུར་གྱི་དབང་བརྒྱ་ལྟ་སེལ་དང་།  
གསུམ་ལ། མ་རིག་ལྟ་སེལ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོན་ཤིང་དང་། རྟོགས་རིམ་རྟོ་  
རྟོའི་སྤྱུ་ཐིག་ཡང་ཐིག་མེ་ལོང་སྒྲོར་གསུམ་བཅུམས། དུག་ལྷ་སྐྱ་འདུལ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་ཡེ་  
ཤེས་སྒྲོན་མེ་དང་། རྟོགས་རིམ་གསལ་བྱེད་རིམ་གསུམ་ཟབ་ལམ་མཐར་ཕྱིན་བཅུམས།  
ལུ་དུམ་མ་ར་ལ་བསྐྱེད་རིམ་ལུ་ཏིག་བྱེད་མཛེས་དང་། རྟོགས་རིམ་མཐའ་གཉིས་ལྟ་སེལ་  
ཉི་མའི་ལོད་ཟེར་བཅུམས། གསང་བ་སྐྱ་ལ། བསྐྱེད་རིམ་ནོར་བུའི་གཏེར་མཛོད་དང་།  
རྟོགས་རིམ་རིགས་ལྷ་གསང་སྒྲོར་བཅུམས་པའི་བསྐྱེད་རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ནི། མོད་  
སྒྲོན་བསམ་འགྲུབ། གང་པ་ལྟག་སངས། གང་པ་སྒྲོན་གྲུབ། སངས་རྒྱས་བསྐྱན་སྲུང་།  
མཉམ་མེད་རྟོ་རྟོ་འཛིན་པ། གང་པ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷ་མ་རྟོ་རྟོ། སྒྲོང་ཞིག་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་  
མཆོན། བཀ་ཤིས་རྒྱལ་མཆོན་ནས་རིམ་པར་བརྒྱད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་  
མཆོན་ཡན་ཆད་ལ་བསྐྱེད་རྟོགས་ཀྱི་སྒོལ་མ་ཉམས་ཤིང་། ཆེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྒྲོར་ཞི་རྒྱས་དབང་  
བཀ་གི་སྒྲོན་ཐིག་དང་། ལས་བཞི་མེ་མཆོད་དང་བཅས་པའི་སྐྱགས་ལུགས་དང་། བཀའ་

བརྒྱད་དོན་གྱི་མན་ངག་གི་ལུགས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་དང་།  
ཆོགས་གྱི་མཆོད་པ། རིགས་ལྗེའི་གཏོར་དབང་དང་བཅས་པ། པར་ཕྱིན་མདོ་ལུགས་དང་།  
མདོ་ལུགས་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་བ་ཟུང་འཇུག་གི་དོན་སྤྲེལ་བ་ཅུའི་སངས་རྒྱུ་གནས་  
འགྱུར་གྱི་དབང་ཅམ་ལ་བརྟེན་པ་ལ་སོགས་པ་གཙོད་དང་བཅས་པ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་  
ཅིང་། བཟ་ཤིས་རྒྱལ་མཆོན་མན་ཆད་ལ་ནི། རྫོགས་རིམ་གྱི་སྟོལ་ཆད་ནས། དབང་  
ཆོགས་ལ་བརྟེན་པ་ཅམ་ཉག་གི་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་དབང་བརྒྱ་དང་ཆོགས་བརྒྱའི་བརྒྱད་པ་ནི། མོད་སྟོན། གང་པ་སྤྲུག་སངས།  
གྲུབ་ཆེན་པ། མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ། སྤྱི་མེད་གནས་མཆོ། མཉམ་མེད་ཆེན་པོ། རས་པ་ཆེན་  
པོ། གཞིན་ཏུ་བསོད་ནམས་རྗེ་རྗེ་ནས་བརྒྱད་པ་ཡིན། མ་ཅིག་གི་ལུགས་ལ་ཡོད་ཆད་གྱི་  
ཆོས་མདོ་ལུགས་གཉིས་ཟུང་འཇུག་དང་གསུམ་གྱི་གདམས་པ་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་མོད་  
སྟོན་གྱིས་ལུགས་སུ་ཆུད་པར་བྱས། བཀའ་བརྒྱད་དོན་གྱི་མན་ངག་ལས་བྱུང་བའི་པར་  
ཕྱིན་སྟོར་གྱི་མན་ངག་ཟབ་པའི་དོན་གནད་གྱི་གདམས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དང་བཅས་  
པ་པར་ཕྱིན་གྱི་སྟོར་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་བ་དོན་གྲུབ་གྱིས་ལུགས་སུ་ཆུད་པར་  
བྱས། མདོ་ལུགས་ཟུང་འཇུག་གི་སྟོར་དང་ལུགས་ལས་འབྱུངས་པའི་སྟོང་ཆོས་གྱི་སྟོར་  
དང་། མ་རྒྱུད་མཁའ་འགྲོའི་དབང་བཞིའི་ཟབ་ལམ་དང་། སྤྱི་འབྲུལ་ཆེན་མོ་དང་། རྣ་མའི་  
རྣལ་འབྱོར་ཟབ་ལམ་དང་། རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་སྟོན་ནས་དམིགས་པ་སྟོར་གསུམ་  
དང་། ཁྱད་པར་དུ་སྤྱན་རས་གཟིགས་སྟོན་པའི་མན་ངག་དང་། རིན་པོ་ཆའི་རྒྱ་མདུད་མ་  
དང་། རྗེ་རྗེའི་ཆོག་རྒྱུད་དང་། དེ་རྣམས་ལྷག་ལུས་མེད་པར་སྤྲུལ་མོ་རྒྱན་བཞི་དང་། ཁུ་  
བསྟོན་ཆོས་གྱི་སེལ་དང་ལུས་ལུགས་སུ་ཆུད་པར་བྱས། པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་ཞོག་ལུག་  
པའི་གདམས་པ་ཁ་ཐོར་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་སྟོང་སྟེ་དག་གི་དབང་ལུག་དང་། སྟོལ་སྟེ་  
རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་དང་། མ་ཅིག་གིས་བཀའ་པལ་པའི་གང་ཟག་བཅུ་དྲུག་ལ་སོགས་  
པའི་སྟོང་དང་ཉིས་བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་ར་གསུམ་སྤྱིན་ཅིང་སྟོལ་ནས་འགྲོ་བ་གཞན་ལ་ཡང་

པན་ཐོགས་ཀྱིས་པ་བྱང་། གཞན་ཡང་མཛེས་སྤྱོད་མ་བཞི་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཅུ་བརྟན་ལེགས་  
པར་སོས་ཏེ། སྤར་གྱི་ཤ་ཆད་ལ་ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ནད་དང་གདོན་གྱིས་ཉེན་པ་བྱངས་  
ལས་འདས་པ་ལ་པན་ཐོགས་པ་དང་། ཕྱི་མའི་ལམ་སྤྱོད་ཐོན་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བྱང་།

དེ་ནས་མ་ཅིག་དགྲ་དུ་ལོ་དགྲ་བཅུ་གོ་དགྲ་ལ་སྐྱེ་བའི་བར་གཤེགས། སྤར་བྱ་བ་  
པ་བཞི་བཅུ་ཅུ་གཉིས་ལ་ཕྱིན་དུས་རྒྱུན་གྱིས་དེད་པས། མའི་བྱང་དུ་ཕྱིན་པས་མ་ཅིག་གིས་  
འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབ་པར་དགོངས་ནས་གདམས་པ་བསྟན་ཏེ། དགོ་བསྟན་བྱས་ནས་  
རྒྱལ་བ་དོན་བྱ་བ་ཏུ་མིང་བཏགས། ལྷ་བཅུ་དགཉིས་ལ་ཕྱིན་ནས་བྱ་བ་པ་ཐོབ་སྟེ། དག་གི་  
སྤྱོད་མཛོད་དོན་པ་ལ་སོགས་པ་བྱ་བ་པ་ཅུལ་མང་པོ་སྟོན། རྒྱལ་བ་དོན་བྱ་བ་ལ་སྤྱོད་པ་གཉིས་  
ཡོད་པའི་ཆེ་བ་ཆད་དབང་རྒྱལ་བ་བྱ་བ་བྱིས་པ་ཡིན། རྒྱུང་བ་ཁམས་བྱ་ལ་ལེ་ཞེས་པ་རབ་ཏུ་  
བྱང་། ཆད་དབང་རྒྱལ་བ་བྱ་བ་སྤྱོད་པའི་ཆེ་བ་དམ་པ་སྟོན་རྒྱུང་། རྒྱུང་བ་སྐྱེ་མེད་འོད་  
གསལ་ཆེན་པོ། འབྲིང་བ་ཐོད་སྟོན་གསང་བྱ་བ་ཏུ་བྱགས་པ་དེ། འཁྲལ་བ་བྱང་བའི་སྐབས་  
ལ། ལན་མ་ལན་ཅོད་པའི་དུས་སུ་སྤར་མོ་གཅིག་སྐྱེ་འཁྲལ་པ་ལ། ལན་ཏོ་མ་ཞེས་མིང་  
དུ་བཏགས་ཏེ། མ་ཅིག་གི་སྤྱོད་པ་ཆ་གཅིག་ཡིན་པས། བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཅོད་ཀྱི་བསྟན་པ་  
དར་རྒྱས་སུ་བྱས་ནས་རྒྱུད་པ་ཡང་མང་པོ་འཕེལ་ལོ། །དེ་ཡན་ཆད་མ་ཅིག་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤར་  
མའི་ཐོད་ཅན་དང་། ཕྱི་མའི་ཆོག་མགོ་སྟོས་པ་ཅན་གྱིས་མདོར་བསྐྱུས་པ་འདི་ཡན་ཆད་ལོ་  
རྒྱུས་ཀྱི་ཐ་མ་སྟེ་ལེའུ་གཉིས་པའོ། །

### ལེའུ་གཉིས་པ། རྒྱུས་སྤར་གྱི་རྒྱས་ལན།

ཐོད་ཆོས་རྒྱལ་དར་བར་བྱས་ཞེས་པ་གཞུང་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་མ་ཅིག་གི་  
ཐུགས་ལ་འཁྲལ་པའི་ཞེས་པ་ནས། རྒྱུད་པ་ཡང་མང་པོ་འཕེལ་ལོ། །ཞེས་པའི་བར་ནས་  
མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་བདག་གིས་སྤར། བདག་ནི་མ་ཅིག་གི་གསང་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་



ཀྱི་བརྒྱད་པ་རྫོགས་པའི་ཐ་མ་ཡིན། ཁོ་པོའི་དབང་ཉག་གི་བ་ཅམ་དང་བཤད་པ་ལྟ་བུའི་  
དོན་མན་ཆད་བཟའིས་རྒྱལ་མཆན་པ་ལགས་སོ། །

དེ་ནས་དགུང་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་དྲུག་དྲུག་སྟུ། ལ་ཐུད་ལ་སོགས་པའི་བཟང་བ་ཁལ་ལྟ་  
བརྒྱ་དང་གསུམ་བཀལ་ནས། སྤུས་ལོ་རྒྱུ་ཆེན་དང་། བསོད་ནམས་རྒྱན་དང་། འབྲུམ་མཆོ་  
རིན་ཆེན་རྒྱན་དང་། དཔལ་ལྷན་རྒྱན་དང་བཞིས་མགོ་བྱས་པའི་བརྒྱན་མ་དང་བྱད་མེད་  
བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གསུམ། ཞུ་དམར་བས་གཙོ་བྱས་ཁའི་གྲུ་བ་བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ། མི་ནག་པ་ལྔ་  
བརྒྱ་སྟེ་སྤུས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་གངས་ཕྱག་ལོ་ཆེར་བརྒྱ་དང་པའི་ཞག་ཉི་ཤུ་རྩ་ལྔའི་ཉིན་  
པར། མ་ཅིག་སེདྤེ་དཀར་ལོ་ལ་བཅེབས་ཏེ་རིགས་བཞིའི་མཁའ་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་མཁའ་  
འགྲོ་མ་འབྲུམ་གྱིས་བསྐྱོར་ནས་ནམ་མཁའ་ལས་གཤེགས་ནས་ལྷ་རྒྱན་དུ་བྱོན་ནས་  
ཆོགས་འཁོར་བསྐྱོར། ཞག་གསུམ་བཞུགས། ལྷ་རྒྱན་གྱི་དཔའ་བོ་དཔའ་མཁའ་འགྲོའི་  
ཆོགས་དང་བཅས་པར་ཁོར་བུ་ཕྱན་སྤུས་ཆོགས་པའི་གླིང་དུ་བྱོན་ནས་གསང་སྤགས་ལྷ་  
དུམ་མ་ར་བཤད། དབང་གི་ཆོ་ག །ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱོར་ནས་ཉིན་ཞག་  
བཞི་བརྒྱ་ལ་ལྷ་སྤུས་བ་དང་ལྷན་པ་ནམས་གྲོལ་བར་མཇུག་ཅིང་ཁོར་བུ་གླིང་གི་དཔའ་བོ་  
དཔའ་མོའི་ཆོགས་གྱིས་བསྐྱོར་ནས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞིའི་གནས་སུ་ཉིན་ཞག་རེ་རེ་  
བཞུགས་ནས་ཆོས་བསྟན། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་དམག་གི་དབྱང་དང་བཅས་པ་  
མར་བྱོན་ནས་གངས་ཕྱག་ལོ་ཆེའི་གནས་སུ་བྱོན་པས། རོད་སྟོན་གྱིས་ནམ་མཁའ་ནས་  
མར་འབྱོན་པ་གཟིགས་ནས་ལངས་ཏེ་ལྷང་བ་བྱས། མ་ཅིག་གིས་བྲག་ཕྱག་གི་སྒོ་བྱེ་ནས།  
སྒྲུབ་པ་པོ་སྒྲུབ་པ་མཐར་ཐྱིན་ནམ་གསུངས། རོད་སྟོན་ན་རེ། མ་ཅིག་ནམ་མཁའ་ནས་མར་  
བྱོན་པ་སྒྲུ་ཁམས་བདེ་ལགས་སམ། ངས་ཀྱང་སྒྲུབ་པའི་བོད་རྟགས་བར་མ་ཅམ་ལ་ཐྱིན་  
ཡོད་གསུངས་ནས་རྟོགས་པ་ཕྱལ་བས་མ་ཅིག་ཀྱང་མཉེས་ནས། ང་ནམ་མཁའ་ནས་  
འོངས་པ་ཁྱོད་གྱིས་ཕྱག་པའི་ནང་ནས་མཐོང་བ་ཡིན་ནམ། ཡིད་ལ་ཤར་བ་ཡིན་ནམ་ནས།  
ཡུལ་གྱི་གླིབ་པ་མེད་པས། ཁ་ཁལ་བ་ནམས་ཀྱང་མིག་རྒྱང་ཞིག་ནས་མཐོང་། ཁྱེད་

གསུངས་པས། རོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ངའི་ཡུལ་སྤང་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་མ་མི་ལམ་བཞིན་དུ་རྟོགས་མ་  
ཅིག་ཀྱང་དཔའ་བོ་དཔའ་མེད་ཆོགས་དང་བཅས་ནས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞིའི་གནས་ནས་  
འབྱོན་པ་མཐོང་བས། རྒྱན་ཆེན་མ་ཕུག་པའི་སྒྲོར་བྱིན་པས། ཨ་མ་ལ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་  
དང་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞིའི་དབྱང་དང་བཅས་པ་སངས་ཉི་ཅེ་ལྔ་པ་འབྱོན་པར་འདུག་བྱས་  
པའི་གཏམ་མང་པོ་བྱང་ལགས་ཟེར་རོ། །

དེ་ནས་མ་ཅིག་གིས་རྒྱུད་པ་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་བཞེངས་  
ནས། རོད་སྤྱོད་དང་གང་པ་རྒྱག་སངས་དང་། སྤྱི་མོ་རྒྱན་བཞི་དང་། ལུ་སྒྲོམ་ཆོས་ཀྱི་  
སེའླེ་དང་བདུན་ལ་དབང་བཞི་རྟོགས་པར་བསྐྱར། ཆོགས་འཁོར་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་མང་ད།  
ཁོམ་སྤྱི་སྤྱོད་ཅམ་འདུས་ཏེ། ཐམས་ཅད་ལ་དག་པའི་རེས་པ་ཅན་བྱང་། སྤྱི་མོ་རྒྱན་  
བཞིས་མ་ཅིག་མཁའ་འགྲོ་བཅུ་འཁོར་དང་བཅས་པའི་སྤྱོད་མཛོད་སྤྱོད་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
བཞི་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་སྤྱོད་ཆོགས་པས་བརྒྱན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་མཐོང་། འཇའ་འོད་ཀྱིས་  
ནམ་མཁའ་གང་། མེ་རྟོག་ཁ་དོག་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་ཆར་འབབ་པ་དང་། རོལ་མེད་སྤྱོད་ནམ་  
མཁའ་གཤམས་པ་དང་། སྤྱིན་ཁ་དོག་སྤྱོད་ཆོགས་མི་འདྲ་བ་ལང་རེ་ལིང་རེ་ལིན་དུ་གསལ་ཞིང་  
དྲངས་པ་མང་པོ་བར་སྤང་དུ་མར་སྤྱད་དུ་འདུག་པ་ལ། སྤང་ཆར་ཕྱུ་སི་ལི་ལི་བྱང་བའི་  
རྒྱུན་གྱིས་ཆ་བའི་གདུང་བ་སེལ་ཞིང་། ས་གཞི་ས་སོབ་ཐམས་ཅད་གཤེར་བ་མ་ཡིན་པའི་  
སྤྱི་མོ་ཞལ་ཆགས་ཤིང་། རྒྱངས་པ་ཕྱུ་ཁ་དོག་སྤྱོད་པ་ཁ་མེ་རེ་རེ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
སྤྱི་ག་རྒྱ་ལྷར་འབྲིགས་པ་དེ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་པལ་ཆེ་བ་རྣམས་དེའི་ཡུལ་ཕྱོགས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོང་ནས་ཐམས་ཅད་ལ་དད་པ་ཚུལ་མེད་དུ་སྤྱོས། རོད་སྤྱོད་མགོ་ན་  
བས་ཅུང་ཟད་སྤྱོད་ནས་རྣམ་པ་ལྷར་ཅུང་ཅམ་ཞིག་ལ་དབང་པོ་མེད་པར་གྱུར་ཏོ། །

དེ་ནས་རྣམ་སངས་པ་ལྷར་ནད་སོས་ཏེ་ཁམས་གསལ་ཞིང་དྲངས་པ་བྱང་ནས་  
བལྟས་པས། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་མདུང་གང་གི་སར་སྤྱིན་ཁ་དོག་སྤྱོད་ཆོགས་པ་བྱིང་བ་  
ཅམ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་འཕྱག་ལིང་རེ་བཞིག་གི་སྤྱོད་དུ་ཁ་དོག་སྤྱོད་པ་གཤེབ་པའི་འོད་ཀྱི་སྤྱོད་

གྲ་ཁང་པའི་གྲར་ཅམ་ཞིག་ཁྱ་དེའི་སྤྲོད་ཏུ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་སྤྲོ་འདབ་མ་བརྒྱད་པའི་སྤྲོ་བར། མ་  
ཅིག་སྤྲོ་མདོག་སྤྲོན་མོ་ཞལ་གཅིག་བྲུག་བཞི་ཞབས་གཉིས་གར་སྤྲུབས་ཀྱི་བཞེངས་པ་རྒྱན་  
ཏུ་མ་དང་ལྷན་པའི་སྤྲོད་ཏུ་མཁའ་འགྲོ་མཐེང་ནག། འར་ཏུ་དཀར་མོ། སྤྲོར་སེར་མོ། ལུབ་  
ཏུ་དམར་མོ། བྱང་ཏུ་ལྗང་མོ། འར་སྤྲོར་དཀར་སེར། སྤྲོ་ལུབ་ཏུ་དམར་སེར། ལུབ་བྱང་ཏུ་  
དམར་ལྗང་། བྱང་འར་ཏུ་དཀར་ལྗང་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞལ་གཅིག་བྲུག་གཉིས་གྱི་གྲུག་  
དང་ཐོད་པ་ཁ་ལྷོ་ཐོགས་ནས། བརྒྱངས་བསྐྱམས་ཀྱིས་བཞེངས་པ་སྤྲོང་ལ་རང་བཞིན་མེད་  
པ་འོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། དེའི་སྤྲོད་གི་མདུང་གང་གི་སར་ལུས་ཆེན་མོ་ལ་ཕྱོགས་བཅུའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་དེའི་སྤྲོད་མདུང་གང་གི་སར་རྩོམ་ཆེ་འཆང་ལ་བརྒྱད་པའི་སྤྲོ་  
མས་བསྐྱོར་བ་དང་། རྩོམ་ཆེ་འཆང་གི་གཡོན་ཀྱི་ཐད་རིང་བ་ན་ཤྲ་བྱུ་བྱུ་པ་ལ་དབྱ་བཅོམ་  
པའི་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་། དེའི་གཡོན་ཏུ་མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ལ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པས་བསྐྱོར་བ་དང་། གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་རེ་རེ་ལ་རང་  
གི་འཁོར་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་རྣམས་ཀྱི་མཐར་དཔའ་པོ་དཔའ་མོ་བསྐྱན་པ་སྐྱོར་བའི་དམ་ཅན་  
སྤྲོ་མ་དང་བཅས་པ་མཐའ་ཡས་པ་དང་། རྩོམ་ཆེ་འཆང་གི་གཡས་ཕྱོགས་སུ་འཁོར་ལོ་བདེ་  
མཆོག་དང་། གཤམ་རྩེ་གཤམ་དམར་ལ་སོགས་པ་སྤྲོ་མེད་ཀྱི་སྤྲོ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་མཐར་  
རང་རང་གི་རྒྱད་སྐྱོར་བའི་དམ་ཅན་སྤྲོ་མ་རྣམས་དང་བཅས་མཐའ་ཡས་པ་དང་། རྩོམ་  
ཆེ་འཆང་གི་མདུན་ཕྱོགས་སུ་ཁྲིས་མ་ནག་མོ་ལྟ་ལ། གསང་བ་ཆེན་མོ། སྤྲོ་འབྱུལ་ཆེན་མོ་  
ཞེས་པ་མ་རྒྱ་མ་ཡ་དང་། དེ་རྣམས་རང་རང་གི་འཁོར་མཁའ་འགྲོ་མ་འབྱུལ་སྤྲོད་དང་བཅས་  
པ་དང་། རྩོམ་ཆེ་འཆང་གི་རྒྱབ་ཏུ་འོད་སྤྲོད་དམར་འཇའ་འོད་ལྟ་བུའི་འཁོར་ལོ་ལུ་གྲུ་རྒྱད་ཏུ་  
མང་པོ་འབྲེལ་བའི་འོད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་རེ་རེའི་ནང་དུ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲོ་གསེར་ཀྱི་མདོག་ཅན་  
རེ་རེའི་དབྱ་སྤྲོད་ཏུ་གསེར་ཀྱི་གདུགས་གསུམ་རེ་འཁོར་བ་དང་། མ་ཅིག་གི་འོག་ཏུ་རྒྱལ་  
པོ་བཞི་རང་རང་གི་འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་། དེའི་མཐར་ཕྱོགས་སྐྱོར་བཅུ་རང་རང་གི་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤྲོན་ཀྱི་གསེབ་ཏུ་གསལ་པོར་མཐོང་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་ཅིག་

རང་གི་རྣམ་པར་འབྲུལ་བ་ཡིན་ནམ་སྤྲེལ་བའམ། ཡང་ན་མ་ཅིག་གིས་ལྷ་ཆོགས་འདི་  
རྣམས་སྤྱན་དངས་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་འདིར་ཡོད་  
བ་དེ་སྤར་མ་མཐོང་བ་ཨེ་ཡིན། མ་ཅིག་ཉིད་ལ་འདི་སྤྲེལ་ཅ། སྤྲེལ་མོ་རྒྱན་བཞེས་ཆོགས་  
བསྟུན་མེད། གར་བྱེད་ཅིང་ལུས་ཁྱེད་གང་ས་ལ་མ་རེག་བར། དབྱངས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་  
དང་ལྷན་པའི་སྤྱད་དང་བཅས་པས་མཆོད་བ་དཔག་ཏུ་མེད་བ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ལ་ཕུལ་ཞིང་  
ང་ལ་འདི་སྤྲེལ་སྤྲེལ།

ཨེ་མ་རྩེ་བཅུན་ཟེལ་གཞོན་ཁྱེད། །དཔའ་བོ་རྟ་མགིན་སྤྲུལ་བ་སྟེ། །མཁའ་འགོ་རྒྱ་  
མཆོའི་འཁོར་དང་བཅས། །གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། །དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་  
ཆོགས་རྣམས་ཀྱན། །ཆོགས་ལ་མངའ་བས་ཆོགས་ལ་རོལ། །ཞེས་བཞེ་གས་མགིན་  
གཅིག་ཏུ་སྤྲེལ་ཏེ། རའི་སྟེང་གི་རྒྱབ་སྤྱོད་ནས་འོད་ཆེན་པོ་གཅིག་འཕར་ནས་མདུན་དུ་  
བྱུང་བས། ཡར་བལྟས་ཅ། སྤྲེལ་ལ་ཕུལ་སྤྲེལ་གཉིས། ལོ་ཉི་ཤ་ མཆོ་སྤྲེལ་དོ་རྩེ། ཀྱ་ཀྱ་རི་  
པ། སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས། དམ་བ་རིན་པོ་ཆེ། འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉིན། བིར་མ་པ།  
བརྒྱ་བརྒྱ་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་ཐོབ་མང་པོ་རུས་པའི་རྒྱན་དང་བཅས་པ་ལྷ་ཆོགས་གང་མཐོང་  
བ་ཐམས་ཅད་སྤྱན་འོད་འབར་བ་ཡིང་དེ་བ་དེ་དེའི་གསེབ་ཏུ་འདུག་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱན་འོད་  
དུ་ཁྱེད་སྤྱན་ལ་ཐིམ། སྤྱན་རྣམས་ཀྱང་འོད་དུ་ཁྱེད་སྤྱན་མི་སྤང་བར་གྱུར་ཏོ། །

དེ་སྤྱོད་དུས་སུ་མ་ཅིག་གིས་གཙོད་ཀྱི་དེས་དོན་ཆེག་གསལ་དང་། སྤྲེལ་གྱི་  
ཡིན་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཤད་བ་དོ་རྩེའི་རྩོགས་བརྒྱད་གསལ་སྤྱོད་བྱ་བ་གསུངས། ཁྱོམ་  
ཆོགས་རྣམས་ནི་བྱེད། ཆོས་ཉན་བརྒྱ་དང་ཉེར་གཅིག་རེད་པ་ལ་ཞག་བདུན་བཤད། ཆོས་  
ཆར་བའི་ཉན་པར་ཆོགས་འཁོར་ཆེན་པོ་བཤམས་པའི་ཆོགས་གྲལ་དུ། ཐོད་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་  
ཅིག་ལ་འདི་ཁྱེད། མ་ཅིག་ལགས། རང་དེའི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོང་ལུགས་མི་འདྲ་བ་  
དུ་མ་མཐོང་བ་དང་། རྒྱན་བཞེ་དང་ངས་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དངོས་ལ་མཐོང་བ་  
དང་། གཞན་ཡང་པ་རྒྱད་པ་རྒྱད་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་ཆོགས་དང་། དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་རྒྱལ་

ཆེན་བསྟན་སྤང་ཕྱགས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་དང་། ལོ་ཉི་ཤ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་ཆེན་རྣམས་  
དང་། རྟོ་རྩེ་འཆང་ལ་སོགས་པའི་སྤྲེལ་མ་རྒྱུད་པ་རྣམས་དང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་མཐོང་སྤང་  
བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་མཐོང་བ་དེ་རྣམས་མ་ཅིག་ཉིད་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཡིན་ནམ། རང་ཉིད་ཀྱིས་  
ལྷ་ཆོགས་དེ་རྣམས་སྤྱན་དྲངས་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་སེམས་ཅན་ལས་དག་པ་རྣམས་ཀྱི་  
སྤང་བ་ལ་གང་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ། ཞེས་ཞུས་པས།

བྱ་ཤེས་རབ་རིགས་ལྷན་ལས་འཕྲོ་ཅན། །ཉོན་དང་འདི་ལྟར་ཡིན་ནོ་ཡིད་ལ་  
ཟུངས། །ཁྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བ་དེ། །ཉོན་མོངས་བྲལ་ཞིང་སྤྱིབ་པ་  
དག་པའི་རྟགས། །ཉོན་མོངས་སྤྱིབ་པ་ལེགས་པར་དག་པ་ན། །སངས་རྒྱས་ཞིང་ཁམས་  
གར་ཡང་མཐོང་བ་ཡིན། །དཔེར་ན་རྩ་བོ་གང་དུ་གནས་པ་ན། །སྤྱི་བའི་གཟུགས་བརྟན་  
འཆར་རོ་རིགས་ཀྱི་བྱ། །ར་ཉིད་གང་དུ་གནས་ཀྱང་ལྷ་ཆོགས་འཁོར། །དེ་ལྷན་པ་སྤྱི་ལོ་  
རབ་རྒྱས་པ་ལ། །གཟིགས་ལྷན་བྱུང་བའི་ཆོགས་རྣམས་རང་བཞིན་འཁོར། །ར་ཉིད་ཡེ་  
ཤེས་དབྱིངས་སྤྱག་ལྷ་མོ་ཡིས། །འདྲོད་པར་སྤྱལ་ནས་ལྷ་ཆོགས་ང་ལས་འབྱུང་། །ས་གཞི་  
གཤེར་དང་བོད་ཀྱིས་བསྐྱལ་བ་ན། །ལོ་ཉི་ཤ་ཅི་བཅུད་འབྱུངས་དང་འདྲའོ་རིགས་ཀྱི་  
བྱ། །ར་ཉི་ལྟར་ལྷ་མོ་སྤྱི་འབྱལ་ཡིན། །ནང་ལྟར་རྩེ་བཅུན་སྤྱོད་མ་ཡིན། །གསང་བ་ལྟར་ན་  
རྟོ་རྩེ་ལག་མོ་ཡིན། །དབྱིངས་ལྟར་ན་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཆེན་ཡིན། །ཐུབ་བསྟན་ཐོག་མར་  
གསྐྱའི་ལྷ་མོ་ལ། །བར་དུ་མཁའ་འགོ་བདེ་བའི་དངོས་བྱུང་ཡིན། །ཕྱིས་འབྱུང་བོད་དུ་ཡེ་  
ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ཡིན། །ད་ལྟ་ར་ཉིད་ཡིན་ནོ་རིགས་ཀྱི་བྱ། །ཞེས་གསུངས།

ཡང་ཐོད་སྟོན་གྱིས་ཞུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། ཁྱེད་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་  
མ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཡུམ་དེ་ལ། སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་  
ཀྱི་སྤྱལ་པ་འདི་མ་ཡིན་པའི་ཡུམ་ཕྱོགས་གཞན་རྣམས་སུ་ཡང་ཡོད་དམ་ཞེས་ཞུས་པ་ལ།  
མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བྱ་ཉོན་དང་། རའི་སྤྱལ་པ་ནི་ཡུམ་གཞན་དུ་ཡང་ར་ཉིད་རི་ལྟ་བཞིན་  
དུ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་ཐུབ་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པའི་སྟོགས་མ་ལ། འཛམ་བུའི་གླིང་གྲེ་བ་ཐག་

བརྒྱའི་བྱང་སྟོགས་སྟུ། བོད་ཁམས་ཡང་གྲེ་བ་སྤག་བརྒྱ་ཡོད་པ་གངས་རིའི་ལྗོངས་སུ་སྤབ་  
བ་ཉིད་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པའི་སྤགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྤྱལ་བ་རྒྱལ་བོ་སྟོང་བཅན་སྤམ་པོ་ཡང་གྲེ་  
བ་སྤག་བརྒྱ་འབྲངས་ལ། ང་ཉིད་ཀྱང་གྲེ་བ་སྤག་བརྒྱ་བྱང་ནས། གཟུགས་ཅན་དང་  
གཟུགས་མེད་ཀྱི་ལྟ་འདྲེས་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་དང་། ཁྱད་པར་དུ་  
སེམས་ཅན་མ་རུངས་པའི་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབ་པའི་བྱིར། དམ་  
ཆོས་ལྷག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་བྱ་བ་བསྟན་ནས་འགྲོ་བ་བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་ཡིན་ཅིང་། སྤྲུགས་མ་ལྟ་བུ་བའི་དུས་སྟུ། སྤབ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་བ་  
བཞིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་མ་ངའི་ཆོས་ལྷགས་ཀྱིས་གངས་ཅན་པ་ཐམས་ཅད་འདུལ་དགོས་པ་  
ཡིན་ནོ་རིགས་ཀྱི་བྱ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ཞེས་གསུངས། ཡང་སྤས་ཀྱིས་ལུམ་ལ་ཞུས་པ། མ་  
ཅིག་ལགས། སྤྲུགས་མ་ལྟ་བུ་བ་དེ་གང་ལ་ཟེར། ཏ་ལྟའི་དུས་ཡིན་ནམ། ཏ་རུང་རྗེས་སྟུ་  
འབྱུང་ངམ། སྤྲུགས་མའི་དུས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་མ་ཅིག་གི་ཆོས་ལྷགས་གཙོད་མ་ཡིན་  
པ་གཞན་ཀྱི་ཆོས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་འདུལ་བའི་ཐབས་མེད་པ་ཡིན་ནམ། ཞེས་ཞུས་  
པས། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བྱ་ཉོན་དང་། སྤྲུགས་མ་ལྟ་བུ་བ་ནི། སྤབ་བ་ཆེན་པོའི་བསྟན་  
པ་ལ་ལོ་ལྟ་བརྒྱུ་བ་བཅུ་ཡོད་པས། དེང་སང་ལྟ་བརྒྱུ་བ་བདུན་པའི་ཐ་མ་ལ་སྤག་པའི་དུས་  
ཡིན་པ་ནི་སྤབ་བ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པའི་སྤྲུགས་མ་སྟེ་དང་པོའོ། །

སྤྲུགས་མ་འདིའི་དུས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་སྤྱན་ཅིང་བྱད་བཞིན་ངན་  
ལ་མདོག་མི་སྤྱུག་ཅིང་། ལུས་རྩུང་ལ་བྱན་པ་རགས་ནས། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལས་སྟོང་ངན་  
པ་ལ་མཁས་པ། ཁྱོ་གཏུམ་ཆེ་ཞིང་མི་དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན་ཞིང་། དགེ་བའི་རིགས་ཁྱད་  
དུ་བསང་ནས་པ་ལ་པར་མི་འཛིན། མ་ལ་མར་མི་འཛིན་པའི་སེམས་ཅན་གདུག་རྩུབ་ཅན་  
རྣམས་ཀྱིས་གང་བ་རྣམས་ནི་སེམས་ཅན་ཀྱི་སྤྲུགས་མ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །

སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་ཤིན་ཏུ་རགས་ཤིང་ཆེར་འབར་བས། གཏི་  
སྤག་གི་སྤྱན་བས་གཡོགས་ཏེ། སྤང་དོར་ཀྱི་མོངས་པས་ངན་མོང་གི་གཡང་སར་ལྷུང་

དེ། །ཞེ་མཉམ་གྱི་མེ་དཔུང་ཆེན་པོས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་དགེ་བའི་ས་པོན་བསྐྱེད་གས་ནས་ཐལ་བར་  
 བྱུང་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྩ་བུ་མི་འབྱུང་ཞིང་ཐར་བའི་ལམ་ཆད་དོ། །ཐལ་དོག་གི་རྒྱུད་དམར་  
 གྱིས་འཁོར་ཞིང་གཡེངས་ནས་སྤྱལ་བ་ལྔལ་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་འཕངས་ཏེ་ཐར་བར་  
 དགའོ། །ར་རྒྱལ་ཀྱི་རི་པོ་ཆེན་པོའི་ཕྱིད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་མཁན་ནས་འཁྱོགས་པ་ནི་མི་རིགས་  
 ལོ། །འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུད་ཆེན་པོར་བྱབ་ནས་ཐར་བའི་སྐྱམ་སར་བྱིན་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་  
 ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱིགས་མ་སྤྱེ་གསུམ་པའོ། །

སེམས་ཅན་དེ་ནམས་ད་ལྟར་ཆེ་ལོ་དུག་ཅུ་ནས་བསྐྱར་སྟེ་བཅུ་ཉེ་བར་དུ་རྗེ་འགྱིབ་  
 ཏུ་འགྲོ་བས། ཆེ་སྐྱར་སྟེ་དེ་བས་ཀྱང་བར་ཆད་ཀྱི་རྒྱུན་མང་བས། ཉན་དང་། དུག་དང་།  
 གཤོན་དང་། ཟས་ཤོས་མི་རྟེན་པ་དང་། གཅིག་གིས་གཅིག་པམ་ཚུན་དུ་གསོད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དུས་མ་ཡིན་པར་སྟོང་དུ་འཆི་ཞིང་། ཆེ་ལོ་བར་ཆད་བྱུང་ནས་ཆེ་སྐྱར་བས་  
 ཆེ་ལོ་སྟེགས་མ་སྟེ་བཞི་བཤོ། །

དུས་ད་ལྟ་ནས་བཟུང་སྟེ་ལྷ་བརྒྱུ་བ་བཅུ་བ་ལ་སྟག་གི་བར་དུ། དུས་མ་ཡིན་པ་ལ་  
ཁ་ཆར་བྲག་པོ་འོང་ཞིང་གཤམ་ལོག་དང་། རྩ་པོ་གཡོ་ཞིང་འཕྱར་བ་དང་། རྩར་དམར་  
འཕྲོབ་མས་རི་ཕུང་བར་སྤར་གཡེང་ཞིང་། རི་པོ་དང་། ས་ཁྱོན་འགྲུལ་བར་བྱེད་བ་དང་།  
ཐན་པའི་ཆ་གཏུང་ཆེན་པོས་ཅི་ཤིང་ལོ་ཉླ་ན་མས་སྒྲིམ་པར་བྱེད་བ་དང་། སད་སེར་དང་།  
ཆོམ་རྒྱན་དང་། དམག་འཁྲུག་དང་། མཆོན་གྱི་བསྐྱལ་བ་དང་། ལུ་གཤེ་བསྐྱལ་བ་དང་།  
ནད་གྱི་བསྐྱལ་བ་དང་བ་དེ་ན་མས་ནི་འཕྱར་བའི་སྟོགས་མཐམ། དུས་གྱི་སྟོགས་མ་སྟེ་ལྷ་བ་  
ཡིན་ལ། སྟོགས་མ་ལྷ་ནི་རི་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །

གྱི་རྩྱད་གྱི་རྩྱད། སྟིགས་མ་ལྟ་པོ་བྱ་བ་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཀོ་རེགས་གྱི་བྱ། དུས་དེ་  
ལྟ་བུའི་ཆོ། དམ་པའི་ཆོས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་སྟོན་པའི་གང་ཟག་ནི་ཡིན་ཏུ་ཉུང་ལ། ཆོས་རི་  
ཙམ་ཤེས་བ་དེ་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཤེས་བ་བཞིན་ཉོན་  
མོངས་པའི་སྟོན་པ་བྱས་ནས། དུས་ལྟའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་ང་རྒྱལ་དང་རྟེགས་པ་ཆེན་པོ་

སྒྲིལ་ནས། རང་རྒྱུད་མ་དུལ་བ་རྒྱ་རྩོད་དང་འབྲུ་བའི་ཆོས་འཆད་བ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་  
ཅན་གཞན་ལ་པན་ཐོགས་སྒྲུའི་ཅེ་མོ་ཅམ་ཡང་མི་འོང་ཞིང་། ལྷག་པར་ཅོད་བ་རྒྱས་པར་  
བྱེད་པའི་ཆོས་དཔུ་ཤོད་དང་། ཆོས་ཀྱིས་གདུལ་རྒྱུའི་གང་ཟག་ཤིན་ཏུ་དཔུ་ཤོད་བ་དང་  
གཉིས་འབྲུད་པས། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དགོས་པ་སྟོར་བ་ཡིན་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་ཡིན་  
ཞིང་གང་ཟག་གི་སྒྲོན་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲིགས་མ་ལ་ཐུག་པས། སེམས་ཅན་རྣམས་དཔུ་ཤོད་ཏུ་  
གྱུར་བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཐ་མ་ལ་ཐུག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བཀའ་ཡང་དག་པ་རྣམས་རྒྱས་པ་རྒྱུད་ཏུ་སོང་བ་ལྟར་བཀའ་ཡང་དག་པའི་གཞུང་ལུགས་  
རྣམས་ཀྱིས་ད་ལྟའི་སེམས་ཅན་རྣམས་འདུལ་བར་དཀའ་བ་ཡིན་པ་ནི། མི་སྤྱི་ཤིན་ཏུ་  
ལེགས་པའི་པོ་ལ་མཆོད་རྣམས་ཀྱང་ཀས་ཤིང་རྒྱུད་ནས་སྟོབས་ཤོར་ཞིང་། ཉམ་རྒྱུད་ཏུ་  
གྱུར་བ་དང་འབྲུ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ངན་པ་གཞོན་ཏུ་ལུས་པོ་དར་ལ་བབ་ན། བཟང་པོ་  
ཀས་པས་སྒྲོགས་རེས་ལ་དར་ཅིག་དཀག་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཡང་དག་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཉིད་ཀྱིས་མ་བདུལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་འདུལ་  
བའི་སྐབས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་ཆོས་གསར་ཏུ་  
བཅུམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷག་པར་སེམས་ཅན་ལ་པན་ཐོགས་པ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བོད་  
ཁ་བ་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཐུག་གི་གདུལ་བྱའི་སྐལ་བར་  
བབ་ཅིང་། རྣལ་འབྱོར་མ་ངས་འགྲོ་བ་འདུལ་བའི་དུས་ཀྱང་ད་ལྟའི་དུས་འདི་ཡིན། བྱང་  
པར་དུ་དམ་ཆོས་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ལུལ་གྱི་དུས་ལ་བབ་པས། གཙོད་ཟེར་བའི་མིང་བཏགས་  
པའི་ཆོས་ཀྱི་སེམས་ཅན་མ་རུང་པ་རྣམས་འདུལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་རེགས་ཀྱི་  
བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་ཐོད་སྒྲོན་གྱིས་ཁྱེས་པ། མ་ཅིག་ལགས། རང་རེའི་ཆོས་  
ལུགས་གཙོད་བྱ་བ་འདི། ཆོས་གཞན་ལས་ཟབ་ཅིང་ལྷག་པའི་དོན་ནི་རྩི་ལྟར་ལགས་ཁྱེས་  
པས།



མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བྱ་ཉོན་དང་། ངའི་ཆོས་འདི་གཞན་ལས་མཆོག་ཏུ་བསྟན་  
པ། ཆོས་ལུགས་ལྷན་སྐྱེས་པོ་གཙོད་བྱ་བ་འདི་ནི་ཆོས་གཞན་ལས་བྱུང་བར་དུ་ལྷག་ལ་  
ཉིན་ཏུ་ཐབ་པའི་གནད་ཀྱིས་དོན་དུ་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་བསྟན་ཆོས་གཞན་དང་  
མི་འདྲ་བའི་མན་ངག་གི་གདམས་པ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉིང་ཁྱ། ཐེག་པ་ཆོས་ཀྱི་ཡང་རྩེ།  
མདོ་སྤྲུལ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་བའི་སྤྲིང་པོའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ། བདུད་བཞི་རང་  
སར་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཉིད། དུག་ལྷ་བཙན་ཐབས་སུ་སྤྲོང་བའི་ཐབས་  
མཆོག །བདག་འཛིན་གྱི་ཅ་བ་སྟོན་ཤིང་ཅད་ནས་གཙོད་པའི་རལ་གྱི། འཁོར་བའི་གཡུལ་  
ངོ་མངོན་སུམ་དུ་བསྒྲིག་པའི་དམག་དབུང་། བགེགས་རིགས་སྤྲོང་སྤྲུལ་བརྒྱུད་ཅུ་འཛོམས་  
པའི་མཐུ་སྟོབས། ཉན་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞི་སྤྲོང་བའི་སྟོན་མཆོག །འབྲས་བུ་བྱི་དུས་ལ་  
མི་འཛོག་པའི་ཆེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་འཛོལ་པའི་གདམས་པ་གཞན་གྱི་ཆོས་  
ལུགས་དང་མི་འདྲ་བའི་དམ་ཆོས་གཙོད་བྱ་བ་རྣལ་འབྱོར་མ་ངའི་བྱུང་ཆོས་ཡིན་  
ནོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ།

དེ་བས་ན་དུས་ད་ལྟར་གྱི་ཆོས་བྱེད་རྣམས་ཆེ་འདི་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་ནས།  
བདག་འཛིན་སྒྲོས་མ་ཐོངས་པའི་གནད་ཀྱིས། རང་གི་ལུས་ལོངས་སྤྲོད་ལ་ཆགས་ཤིང་།  
ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་དང་། གཉེན་འདུན་འབྲེལ་བ་རྣམས་ལ་གཞོད་པ་བསྐྱུལ་བའི་མི་དང་འབྲུང་  
པོ་མི་མ་ཡིན་གང་ཡིན་པ་དེ་བསྒྲིག་པའི་ཐབས་དག་སྤྲུལ་དང་། རྩས་བྱུན་དང་། ལུས་  
མཐུ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ལ་བརྩོན་ཞིང་། བདག་བསྐྱུང་བའི་ཐབས་འཁོར་ལོ་དང་། ལྱར་  
ཁང་བསྒྲོམས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་ནས་བརྩོན་འགྲུས་དག་པོ་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་འཆད་  
ཉན་བྱེད་པའི་སྟོན་པ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་གྲུ་པ་སྤྱད་ཅིང་དགོན་གཞི་བཟུང་ནས། འཛིག་རྟེན་  
རྟེན་བཀྱར་དང་ལུན་ཆོགས་བསྐྱུབ་ཅིང་། འདུ་ལོང་མང་པོ་བྱེད་པ་དེ་རྣམས་ནི། ཐེག་པ་  
ཉིན་ཏུ་དམན་ལ་འཁོར་བ་ལས་རྩ་རྩ་གང་ཡང་མ་འཕགས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་དེ་  
ལྟ་བུ་དང་། སྤང་མོ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ནི་གཏན་ནས་མི་མཚུངས་ཏེ། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་དག་

པོའི་ལས་ཞེ་སྒྲུང་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་པ་བསྐྱེད་ཅིང་སྒྲོག་པར་བྱེད་པའི་བདུད་དེ་རྣམས་ནི། ངས་  
བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེའི་ཤུགས་ཀྱིས་ཚུར་བཀྱག་ནས་འཁོར་དུ་བསྐྱོར་བ་ཡིན། གཞན་གྱིས་  
གཅེས་ཤིང་པངས་པའི་ལུས་ལོངས་སྟོན་ལ་སོགས་པ་རྣམས། ངས་པངས་པ་མེད་པར་  
ལོངས་སྟོན་ལ་སོགས་པ་ཡར་དཀོན་མཆོག་པའི་རྣམས་དང་། མར་རིགས་ཐུག་སེམས་ཅན།  
སྒྲོས་ལན་ཆགས་པའི་བདག་པོ་བདག་མོ། བྱད་པར་ལུས་སྟོག་ལ་རྩམ་པའི་གདུག་པ་ཅན་  
འཛིགས་སུ་བྱང་པའི་འབྱུང་པོ་མི་དང་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་སྦྱོན་པ་གཏོང་པའི་  
རྒྱ་བུན་སུམ་ཆོགས་པ་བྱས་ནས་ཆགས་པ་མེད་པར་གཏོང་བ་ཡིན་ནོ་རིགས་ཀྱི་བྱ།

ལར་ཡང་འཛིག་ཏེན་འཁོར་བ་ལ་སྒྲོ་ལོག་པར་བྱ་བའི་བྱེད་དང་། གཉེན་འབྲེལ་གྱི་  
འཁྲི་བ་བཅན་ཐབས་སུ་གཅད་བྱ་བའི་བྱེད་དང་། ཡུལ་སྤངས་ཐམས་ཅད་ལ་སྤེད་པ་དང་ཞེན་  
པའི་སྒྲོ་དེ་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་ཆོད་པའི་ཐབས་ལ་མི་མེད་ལུང་སྟོང་དུ་བདག་མེད་གཅིག་  
བྱར་བསྐྱེད་ནས། བྱི་ཡུལ་སྤངས་གི་བདག་འཛིན་ཆོད་པ་དེ། སྤངས་མོ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན།  
ལར་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་ལུས་སྟོག་འདི། སྟོས་མེད་འབྲེལ་བརྒྱུད་དུ་བསྐྱེད་པ་ན། ལར་  
ལུས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་ཆོད་པ་དེ། སྤངས་མོ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན། བྱན་  
རིག་སྦྱེ་མེད་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་སྤྲས་པའི་འགག་མེད་ཤུགས་འབྱུང་རང་གྲོལ་སྟོང་པའི་  
ངང་ལ་གནས་པས་ན་ངར་འཛིན་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་ཆོད་ནས། བྱར་མེད་རིགས་པས་  
བཅན་ས་ཟེན་པ་དེ། སྤངས་མོ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན། ལར་ཡང་འགྲོ་དོན་གང་གི་ཆེ་ན།  
གཟུགས་ཅན་བརྒྱུ་ལ་པན་ཐོགས་པ་བས། གཟུགས་མེད་ལྟ་འདྲི་གདུག་རྩལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་  
གཅིག་ལ་པན་ཐོགས་ན་པན་ཡོན་ཆེ། མི་མ་ཡིན་སྟོབས་ཆེ་བ་གཅིག་གིས་གཟུགས་ཅན་  
དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་ལ་གཞོན་པ་བྱས་ནས། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཉམས་ཐག་པར་བྱེད་ཅིང་། ཁོ་རང་གདུག་སེམས་པ་དང་དུས་རྒྱུན་དུ་འགྲོགས་  
པས། བན་སོང་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་མཐའ་མེད་པ་སྟོང་དགོས་པས། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གཞན་  
ལ་གཞོན་པ་མི་བྱེད་པའི་བྱེད་དང་། ཁོ་རང་ཡང་བན་སོང་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོབ་པའི་

ཕྱིར་དུ་འདུལ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟར་གྱི་གང་ཟག་པལ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པར་བྱེད་  
དེ། ལན་ཅིག་བསྐྱད་ཀྱང་། ཕྱིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་པ་སྐྱེལ་ངེས་པས། འབྱུང་པོ་  
སྟོབས་ཅན་དེ་བསྐྱད་ན་ངས་ཀྱང་ཐུབ་སྟེ། བསྐྱད་པ་བས་ཀྱང་བདུལ་ནས་བདེ་བ་ལ་བཀོད་  
ན་ཤིན་ཏུ་ཕན་ཡོན་ཆེ་བར་མཐོང་བས། འདུལ་བའི་ཐབས་ཀྱང་ཐུན་ཁུང་དང་། རྩིས་ཐུན་  
དང་། དག་སྤགས་ཀྱི་སྟོན་པ་འདུལ་བ་མ་ཡིན་ཅིང་། བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེའི་ལྷགས་ཀྱས་  
བཟུང་ནས། ཞུགས་པོ་མོ་གཅིག་ཤུའི་སྟོན་པ་འདུལ་ཞིང་། ཟླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
འཕོབ་པར་བྱེད་པ་ནི་སྤྱང་པོ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་སྐྱེས་དམན་བརྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་བས། སྐྱེས་པ་གཅིག་ལ་ཕན་  
ཐོགས་པ་གལ་ཆེ། སྐྱེས་པ་བརྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་བས། རབ་བྱུང་གཅིག་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་  
གལ་ཆེ་ལོ། །རྒྱུན་གྱིས་དེད་པ་བརྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་བས། རྒྱུན་མེད་ངེས་འབྱུང་གིས་  
བསྟན་པའི་སྟོར་འདུག་པ་གཅིག་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་གལ་ཆེ། ལྷན་པོ་བརྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་  
བས། ཤེས་རབ་ཅན་གཅིག་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་གལ་ཆེ། རང་ཉིད་གཅིག་ཤུའི་དོན་ལ་གཉེར་  
བ་བརྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་བས། གཞན་ཕན་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིང་སྟོབས་ཅན་གཅིག་ལ་ཕན་  
ཐོགས་པ་གལ་ཆེ། དུད་འགྲོ་བརྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་བས། སྤྱི་ཤེས་དོན་གོ་བ་གཅིག་ལ་ཕན་  
ཐོགས་པ་གལ་ཆེ། དགེ་བ་སྟེན་བརྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་བས། དགེ་ཚུལ་གཅིག་ལ་ཕན་  
ཐོགས་པ་གལ་ཆེ། དགེ་ཚུལ་བརྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་བས། དགེ་སྟོང་གཅིག་ལ་ཕན་ཐོགས་  
པ་གལ་ཆེ། དེ་བས་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་དོན་རྟོགས་པ་གཅིག་ལ་ཕན་  
ཐོགས་པ་གལ་ཆེ། ཟང་ཟིང་གི་ཆོགས་བསགས་བརྒྱ་བསགས་པ་བས། རང་གི་ལུས་ཀྱིས་  
ཆོགས་བསགས་གཅིག་གལ་ཆེ། ལུས་དགོན་དུ་གནས་ཤིང་ཁུད་པར་གྱི་དགེ་སྟོར་བརྒྱ་  
བུས་པ་བས། གཉན་ཁོད་དུ་ཞག་བདུན་ལ་ལུས་མཆོད་སྤྱིན་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། རང་ལ་  
སེམས་ཤིང་གཏུང་བ་བརྒྱུ་ལ་བྱམས་པ་བསྟོམ་པ་བས། རང་ལ་ཁོ་ཞིང་གཏུག་པ་སྟོན་པ་  
གཅིག་ལ་བྱམས་པ་བསྟོམ་གལ་ཆེ། ཆེ་འདི་ལ་འབྲས་བུ་འདོད་པའི་ཕྱིར་དུ། མི་ཆེ་ལ་

དགའ་བ་སྤྲད་པ་བས། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་ཆེ་  
འདིའི་བྱ་བ་ལ་སྒོ་མི་འཛོག་པ་སྤྲད་ཅིག་པོ་བྱ་བ་གཤམ་ཆེ། བ་རོལ་གྱི་འདྲེ་གཞོན་བརྒྱ་བྱུང་བ་  
བས། བདག་འཛིན་གཞོན་པ་ཅུང་ཟད་བྱུང་བ་གཤམ་ཆེ། བདག་འཛིན་དང་བཅས་པའི་དགེ་  
བ་ལོ་བརྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་བས། བདག་མེད་གྱི་གནས་ལུགས་དར་ཅིག་བསྒོམ་པ་གཤམ་ཆེ།  
མཁས་འདོད་དང་གཤམ་འདོད་གྱི་བཤད་སྒྲུབ་དང་སྒྲོབ་གཉེར་ལོ་བརྒྱར་བྱས་པ་བས།  
རང་ནམ་འཆི་སྐྱམ་པའི་རྟག་པ་སྤྲད་ཅིག་པོ་ཟེན་པ་གཤམ་ཆེ། མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་  
དང་ཁེ་གཤམ་འདོད་པའི་ཕྱིར་དུ་ཆོས་སྤྲད་དང་དགེ་བ་ལོ་བརྒྱར་བསྐྱབ་པ་བས། དམན་ས་  
བཟུང་ཞིང་དགེ་བ་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་བསྐྱོ་བ་དར་ཅིག་པོ་བྱ་བ་གཤམ་ཆེ་བ་དེ་  
རྣམས་ནི་སྤང་མོ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན། དེར་སང་ནད་དང་གཞོན་གྱིས་བཏབ་པ་རྣམས་  
གྱིས་ལུས་སྒོག་དང་བཤམ་དོགས་པའི་ཕྱིར་དུ་ཟས་ཞོར་གྱི་གང་ངན་ཤོས་རྣམས་བཅད་ནས།  
ཕྱི་རོལ་དཔྱུས་ལོང་གི་གཏོང་མཁན་བྱ་བའི་བོན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བཀུག་ནས། ནད་གཞོན་  
ཅན་ལ་པན་པར་བྱེད་དོ་ཟེར་ནས། ཉེས་མེད་གྱི་དུད་འགྲོའི་སྒོག་གཅོད་ཅིང་སྤྱུག་བསྐྱལ་དུ་  
མ་སྤྲོང་དུ་བཅོལ་ནས་ཤུག་གསར་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཡས་སྤྱུགས་མང་པོ་བསོགས་  
ནས། བོན་པོས་བརྟ་སྤྲད་དེ། བགོགས་ལ་གཞོན་པ་མི་བྱེད་པའི་རྩན་པ་བྱིན་ནས། ལུས་  
སྒོག་གི་སྤྲད་དུ་འཇལ་ལོ་ཟེར་ནས་ནད་མེད་ཉེས་མེད་གྱི་སེམས་ཅན་བསད་ནས། དཔྱུས་  
ལོང་གིས་བརྟ་སྤྲད་ནས་ནད་གཞོན་ཅན་གྱི་ནད་ཞི་ནས་སྤྱིན་བསྐྱོག་ཅིང་བར་ཆད་སེལ་  
ཞིང་ཆེ་རིང་བར་འདོད་པ་སྤྲོན་པའི་ལོག་ལྟ་དང་། ལས་གོ་ལོག་དོན་མེད་གྱི་བྱ་བ་ཡིན་  
ནོ། །

དེ་བས་ཟས་ཞོར་གྱི་གང་བཟང་བ་རྣམས་གྱིས་དཀོན་མཆོག་མཆོད་ནས། ནད་  
གཞོན་ཞི་བའི་བྱིན་རྒྱལ་ལྷས་ན། ནད་དང་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་བསོད་ནམས་འཕོབ་པ་  
ཡིན་ནོ། །ནད་གྱིས་ན་བ་ལ་སྤྲོན་པ་མཁས་པ་བཀུག་ནས། ལས་མ་ལོག་པའི་སྤྲོན་བཟང་  
པོ་རྣམས་ནད་ཐོག་དུ་བཏང་ནས། ནད་འཆོ་བར་བྱེད་པ་འཛིག་རྟེན་པ་སྤྱིའི་ཡིན་ལུགས་

ཡིན་ལ་ལེགས་པར་འདུག་སྟེ། སྤང་མོ་ངས་ནི། འཆི་བའི་དུས་སུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཕུན་  
ཆོག་ས་དང་ལུས་སྟོག་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོའི་རྒྱ་རྩ་ལ་སྤེའི་འཇག་མ་བརྒྱར་  
གཤགས་པའི་ཆ་ཙམ་ཡང་ཁྱིམ་ནས་འགྲོ་རྒྱ་མ་རྟེན་པས། ཕྱི་ནང་གི་བདག་འཛིན་དང་  
བྲལ་བས། ཁ་འཛིན་གཉེར་ཁ་བྱེད་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་པས། ལུས་སྟོག་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་  
གང་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟན་དུ་བསྐྱར་བ་ཡིན་པས། གཞན་ཟས་ནོར་ལ་སོགས་པ་  
ཆགས་པའི་རྒྱ་པལ་པ་རྣམས་ལ་སྟོས་ཅི་དགོས། བད་དང་གདོན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་གང་  
ལ་ཡང་བདག་མེད་ཀྱི་ངང་ནས། བད་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་པའི་སྟོན་ས་བཙུག་པ་ཡིན་  
ཅིང་། ཕྱི་སྟོན་དབྱེད་བོན་གཏོ་ལ་སོགས་པ་དགོས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི། སྤང་མོ་ངའི་ཆོས་  
ལུགས་ཡིན།

ལར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ལོངས་སྟོན་ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་  
དང་བཅས་པ་གཞན་དོན་ལ་གཏོང་དགོས་པ་མི་གཏོང་བར། རང་ཉིད་ཞི་བདེ་དོན་དུ་གཉེར་  
བའི་ཕྱིར་དུ་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་པ་སྤེལ་བའི་ཆོས་བྱེད་འདི་རྣམས་ཀྱིས། སྤང་  
སངས་རྒྱས་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པས་མགོ་དང་ཡན་ལག་དང་། ཉིང་ལག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གང་  
འདོད་པ་རྣམས་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་དངོས་སུ་གཏོང་བ། དེའི་རྒྱ་མཆན་ད་ལྟར་གྱི་ཆོས་  
བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཆོར་བ་ཡིན་ནམ། ཆོར་ཀྱང་ད་ལྟ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མི་དགོས་ཟེར་  
བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་མཐོང་བ་ཡིན་ནམ། མིན་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ལ་སྟོ་  
འདི་ཙམ་ཞེན་ནམ། ལོ་ཁྲི་ཆོའི་བར་གྱི་འདུག་ཆས་བྱེད་པར་མི་རིགས། ཡང་ན་བདུད་ཀྱིས་  
བསྐྱས་པ་ཡིན་པས་རིག་པར་བྱའོ། །

ཆོས་སྤྲུལ་ཀུན། སྤང་མོ་ངའི་རྗེས་འབྲང་བ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་བཞིན་མཛོད་དང་།  
དུམ་མེད་པ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན། ངས་ནི་འདི་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱངས་དང་བྱ་  
སྟོབ་ཀུན། རང་གི་ལུས་ལོངས་སྟོན་ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་དགེ་བའི་རྩ་བ་དང་བཅས་པ་ལ་ལྟོས་  
པ་མེད་པར་གཞན་དོན་དུ་གཏོང་ཞིང་། རང་དོན་གྱི་དེ་མ་སྤེའི་ཅེ་མོ་ཙམ་ཡང་མི་བྱེད་པའི་

སྒྲིམ་གདེང་ཐོབ་པར་བྱས་ནས། བྱམས་སྤྱིང་ཐེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཅི་དང་མ་བྲལ་བར་  
བྱེད་པ་དེ་ལ་ནི། དམ་ཆོས་གཙོད་ཟེར་བ་ཡིན། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་ཡིན། བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའི་ལམ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་ཡིན། གྲུབ་ཐོབ་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཟེར་བ་ཡིན།  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་གཤེགས་ལུལ་ཟེར་བ་ཡིན་པས། ཆོས་འདི་ལྟ་བུས་འཁོར་བ་ལས་  
གྲོལ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། ཐེག་དམན་ཀྱི་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་དོན་གཉེར་ནས། སེམས་ཅན་  
ཡལ་བར་འདོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཉུང་  
ལ་དགའ་སྟེ། དཔེར་ན་ཐུན་པ་ཆེན་པོ་ནི་རྩ་བ་དང་སྐར་མའི་ཆོགས་རྣམས་དང་། མར་དང་  
ཤིང་ལས་བསྐྱུན་པའི་མེ་དང་། དེ་རྣམས་རབ་ཏུ་གསལ་ཡང་། དེ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་  
ངོ་པོ་གཅིག་ཀྱི་ཅམ་ཐུན་པས་མི་གཞོད་པ་ཅམ་མ་གཏོགས། ཐུན་པའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་  
སེལ་བར་མི་བྱས་སོ། །རྟ་བདུན་རྒྱལ་པོ་མཁའ་ལ་འོང་ཅམ་ན། ཐུན་པ་ཐམས་ཅད་གཏིང་  
ནས་སེལ་བ་དེ་བཞིན་དུ། ངའི་ཆོས་ལུགས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཙོད་འདིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་ནས་འཁོར་བའི་ཐུན་སྒྲག་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
ཞེས་པའི་དོན་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ནོ། །

དེ་ཡང་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ནི། སྟོད་བཅུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་གཞི་  
གཞོད་མ་ནས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་སྤྱི་ཅེ་མོ་ཅམ་ཡང་མེད་པས། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་  
གནས་ལུགས་དེ་ལ་ཆོས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་གོ་ཞིང་སྟོང་པ་ལ་སྒོ་སྤྱངས་  
ཤིང་སྟོང་པ་དེ་ཉིད་ལམ་དུ་འབྱེད་ཐུབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་བས། ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལའི་འབྲུལ་  
འཁོར་ལ་བྱས་པ་ཐོན་པར་བྱས་ནས། དེགས་ལྡན་ཀྱི་ཤེས་རབ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བ་  
ཆེན་པོ་ལམ་དུ་འབྱེད་ཅིང་། དགའ་བ་ཆེན་པོས་ལུས་སྟོབས་ཆེར་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ལ་ལས་  
ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར། དེ་ལྟ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་བས་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཚུལ་དུ་  
ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་། ཕྱིའི་རྩས་ཀྱི་དམ་ཆོག་དང་མ་བྲལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ལ་དམ་ཆོག་གི་  
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར། དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་ལ་ཆགས་པ་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་

དེ་ལྟར་ཉེ་མཆོད་པ་དེ་ལ་བདེ་སྤྱོད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར། དེ་ལྟར་བྱུང་ནས་འབྱོར་བ་དེ་ལ་ཉོན་  
མོངས་པའི་དྲི་མའམ་སྤྱི་བ་གཏོགས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས། སྤང་བ་ཐམས་ཅད་བདེན་  
མེད་སྤྱོད་པ་སྤྱི་མ་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ཤར་བ་ལ་གསལ་སྤྱོད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་ཡིན་ཀྱང་།  
ད་ལྟར་སྤྱོད་པ་ལྟར་འཆད་ཅིང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ནི། ཕྱག་ནི་ཡུལ་སྤང་  
ཐམས་ཅད་ཡིན། རྒྱ་ནི་ཡུལ་སྤང་དེ་རྣམས་གཞི་གཞི་མ་ནས། རྟོག་རང་རྟོག་ནས་བདེན་  
པར་གྱུབ་པ་སྤྱི་ཅེ་མོ་ཅམ་ཡང་མེད་པས་ན་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོའི་སྤང་བ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་  
མ་གྱུབ་པའི་སྤྱོད་པ་དབྱེར་མེད་བྱུང་བྱུང་ལྟར་ལ་ཟེར་གྲུ་། དེ་ཡང་དང་། གོ་ཡུལ་ཕྱི་  
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན། རྣམ་འབྱོར་བས་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་བདག་མེད་ཉོགས་པས། རྒྱང་  
སེམས་དབྱུ་མར་ཚུད་པའི་སྤྱོད་པ་གྱིས། བདེ་གསལ་ཟངས་ཐམས་ཀྱི་ཉམས་ཁུད་པར་ཅན་  
ཀྱི་རང་ལ་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟར་གསུམ་ས་ལེར་མཁྱེན་ཅིང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་  
ཤེས་པའི་འོད་ཟེར་རྒྱས་ནས། འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་དུ་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་འཕྲོ་བ་མང་པོ་འདུལ་ཞིང་། དེའི་དོན་བྱེད་རྣམས་  
པའི་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་ཡིན་པས། དེ་ལྟར་བྱུང་ནས་འབྱོར་  
པ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་གཅོད་པ་ཟེར་བ་ཡིན།

དེ་ལྟར་བྱུང་ཆོས་ལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་གཅོད་ཟེར་བ་ཡིན་པས་གཞན་གྱི་ཆོས་  
ལྷགས་དང་མི་འདྲ་བའི་ཐབ་གནད་དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ་རིགས་ཀྱི་བྱ། སལ་པ་འགའ་ཞིག་  
སེམས་གྱུབ་པའི་མཆོད་ཉིད་གསལ་ཅམ་རིག་ཅམ་པ་ཟིག་གོ་བོ་སྤྱི་བ་པ་དང་བཅས་པའི་  
ལུན་པ་ཅན་དེ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར་ནས། སེམས་གྱུབ་པའི་མཆོད་ཉིད་ཀྱང་མི་ཤེས་པའི་  
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ནི། རྒྱངས་ཤིང་སྤྱོད་པོའི་ཆོས་ལྷགས་ཡིན་པས། དེ་ལ་སྤྱོད་གཏད་མེད་དོ་  
རིང་དུ་སྤོངས་གསུངས། དེ་ནས་མ་ཅིག་འཁོར་དང་བཅས་པ་མར་བྱོན་ནས། ས་དཀར་  
ལོག་གི་ནོལ་ཐང་དུ་རྒྱ་བ་གཅིག་བཞུགས་ནས་པ་དེ་རྣམས་ཡུམ་གང་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་

ལྷགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཤད་པ་རྒྱ་འོད་ལུན་སེལ་མཛད། སྤས་ཀྱི་ཁྱས་ལན་དག་སྤང་གི་  
ལེའུ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །

### ལེའུ་བཞི་པ། གང་པའི་ཁྱས་ལན།

དེ་རྣམ་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ཙམ་ལ་བྱིན་ནས། གང་ལ་བར་ཆད་བདུད་ཅེས་བྱ་བར་གསུངས་པ་  
ལས། གང་པ་སྤྲུག་སངས་ཀྱིས་མ་ཅིག་ལགས། བདུད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཁྱད་པར་ཅི་  
ལགས་ཁྱས་པའི་ལན་དུ། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བྱ་ཉོན་དང་། བདུད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འདི་  
ལྟར་དུ་ཡིན་ནོ། །བདུད་ཅེས་པའི་གཟུགས་ཆེ་ཞིང་ཁ་དོག་ནག་པོ་གང་གིས་མཐོང་ཡང་  
འཛིགས་ཤིང་ཡང་བ་ཅན་ནི་དངོས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བདུད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཐར་པ་  
བསྐྱབ་པའི་བགེགས་སུ་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་བདུད་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་བཙེ་ཞིང་གདུང་བའི་གཉེན་འདུན་རྣམས་ཀྱང་ཐར་པའི་བདུད་དུ་འགྱུར་བ་  
ཡོད་ལ། ཁྱད་པར་དུ་བདག་འཛིན་གྱི་བདུད་གཅོད་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་ཤིང་བཙོན་  
དགོས་པས། དེའི་ཞོར་ལ་བདག་འཛིན་ལས་སྒྲིམ་པའི་བདུད་གསུམ་གཅོད་དགོས་པས་  
བདུད་ལ་བཞི་སྟེ། མིང་དུ་བཏགས་ན། ཐོགས་བཅས་ཀྱི་བདུད། ཐོགས་མེད་ཀྱི་བདུད།  
དགའ་མོད་ཀྱི་བདུད། སྟེམས་བྱེད་ཀྱི་བདུད་དང་བཞིའོ། །

དེ་ཡང་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་བདུད་ཅེས་པ་ནི། མིག་གི་གཟུགས་མཐོང་སྟེ། གཟུགས་  
བཟང་པོ་ལ་ཆགས་པ་སྟེ། གཟུགས་ངན་པ་ལ་སྤང་སེམས་འཁྱགས་ཀྱིས་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་  
ན་བ་དང་། ལྷ་དང་། སྟེ་དང་། ལུས་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་སྤང་བའི་སྤྱོད་  
དང་། སྤྱི་དང་། རོ་དང་། རེག་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་བཟང་པོ་ལ་ཆགས་ཤིང་། ངན་པ་ལ་སྤང་  
སེམས་སྟེ་བས་ཆགས་སྤང་གཉིས་སུ་བཟུང་བའི་བདུད་ཟེར་ཉེ། དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་དངོས་  
སུ་ཡོད་པ་ལ་ཆགས་ཤིང་སྤང་བས། དངོས་སུ་དབང་པོ་ཐོགས་པས་རྒྱུན་བྱས་ནས།



སེམས་ཅན་ལ་གནོད་པས་འཁོར་བར་འཆིང་བའི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་བདུད་ཟེར་བ་ཡིན་པ་  
དང་། དངོས་སུ་ཡོད་པའི་ཡུལ་བཟང་ངན་ལ་ཐོགས་པས་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་བདུད་ཅེས་  
སོ། །བྱ་དེ་བས་ན། བཟང་ངན་གང་ལ་ཡང་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་དེ་བདུད་ཡིན་པས། གང་  
ལ་ཡང་ཆགས་ཞེན་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་  
བཞིན་དུ་སྟོང་བ་ཡིན་པས། བྱ་གཟུགས་དེ་ཡང་རང་བཞིན་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
གཟུགས་ལ་ཆགས་པ་དང་སྤང་བ་མེད་པར་རང་བཞིན་ཀྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་བསྐྱོམ་པར་  
བྱའོ། །གཟུགས་སྤང་བ་དེ་བདག་ཏུ་མི་བརྟུབ་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པར་བཟུང་སྤང་ཅམ་སྟེ་  
སྤང་ཅམ་དེ་ལ་ཞེན་པ་དེ་སྤངས་པས་གཟུགས་ལས་གྲོལ་ལོ་རིགས་ཀྱི་བྱ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོ་  
དང་། བྱིད་དང་། རོ་དང་། རེག་བྱ་ནམས་ཀྱི་བཟང་ངན་ཡང་དེ་བཞིན་ཡིན་ནོ་ཡིད་ལ་བྱུངས་  
ཤིག་དང་། ཐོགས་བཅས་ཀྱི་བདུད་ཀྱི་ཡིན་ཚུལ་དང་། ཐོགས་བཅས་ཀྱི་བདུད་ལས་གྲོལ་  
ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ་རིགས་པ་ཅན། བྱ་ཉོན་དང་ཐོགས་མེད་ཀྱི་བདུད་ནི་འདི་ལྟར་འབྱུང་བ་  
ཡིན་པས། མ་གཤེད་བར་ཡིད་ལ་བྱུངས་དང་།

ཐོགས་མེད་ཀྱི་ཞེས་བདུད་ཅེས་བྱ་བ་ནི། དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་དངོས་སུ་མི་སྤང་  
ཡང་། རང་གི་ཡིད་ལ་བཟང་ངན་ཀྱི་རྟོག་པ་གང་སྒྲིམ་པ་དེ་ལ་འདྲེ་ཞེས་པའི་འདྲིགས་སྤང་  
བཟུང་བས་ཡང་བ་དང་། ལྟ་ཞེས་པའི་དག་སྤང་བཟུང་བས་བག་སྟོ་ཞིང་ཉམས་དགའ་བ་  
སྒྲིམ་ཏེ། དེ་ལྟར་བཟང་ངན་ཀྱི་རྟོག་པ་གཉིས་ཡིད་ལ་བཟུང་བས། དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཡིད་ཉོན་  
མོངས་ཅན་དུ་གྱུར་ཅིང་། ཉོན་མོངས་དེ་ལ་དངོས་སུ་ཐོགས་པ་མེད་ཅིང་། དངོས་པོའི་ཡུལ་  
དུ་གྲུབ་པ་མེད་ཀྱང་། དགེ་བའི་ལས་འཆོར་བར་བྱེད་པའི་གནོད་པ་བྱེད་ངེས་པར་རུས་  
པས་ན་བདུད་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་སྤྲོ་དངོས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་ཅིང་དངོས་སུ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་ན། ཐོགས་མེད་ཀྱི་བདུད་ཟེར་བ་ཡིན་པས། དེ་བས་ན་ལྟ་ཞེས་བྱ་བའི་བཟང་པོ་དང་།  
འདྲེ་ཞེས་བྱ་བའི་ངན་པ་ཉིད་དང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་གཉིས་སུ་འདྲིན་  
པའི་སེམས་ཉིད་དེ་ལ་གཞི་གཏོག་མ་ནས་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་སྒྲིའི་ཅེ་མོ་ཅམ་ཡང་མེད་པས་

ན། གཞི་མེད་ཅ་བྲལ་སྒྲོང་བ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་ལ། བྱུང་ཆོར་ལ་སོགས་པའི་ཡིད་ལ་  
འཆར་བ་རྣམས་ནི་འགོག་པར་མི་བྱེད་ལ། བཟང་ངན་གྱི་རྟོག་པ་སྣ་ཆོགས་པ་ཅི་བྱུང་ཡང་  
འགོག་པར་མི་བྱེད། དེ་ལ་འདུ་ཤེས་ཀྱང་འཇུག་པར་མི་བྱེད་ཅིང་། བན་རྟོག་ཅི་བྱུང་ཅི་ཤར་  
ཡང་། ཆེས་ཆེར་གང་ལ་ཡང་ཡིད་ལ་བརྟེན་ཅིང་རྟོག་པས་གཟུང་བར་མི་བྱ་སྟེ། སེམས་  
ཉིད་སྒྲོང་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་གསལ་བ་ལ་བན་རྟོག་ཅི་ཡང་འཆར་བ་ཡིན་པ་ནི། དཔེར་ན་  
རྒྱ་མཆོ་ལ་གཡོ་མཁན་མེད་ཀྱང་ཐ་སྲབས་ལ་སོགས་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་རྟོག་པ་  
བཟང་ངན་ཅི་ཡང་འཆར་མོད་ཀྱང་། བཅའ་བཅོས་མི་བྱེད་རང་སར་བཞག་པ་ན་ཐོགས་  
མེད་བདུད་ནི་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར། ཡིད་ཀྱི་གཟུང་འཛིན་སྤངས་ནས་ལུས་སེམས་  
གཡོ་བ་མེད་པར་རང་སར་སྒྲོད་དེ་བཞག་པས་ཐོགས་མེད་ཀྱི་བདུད་རང་སར་གྲོལ་བ་ཡིན་  
ནོ་རིགས་ཀྱི་བྱ།

དགའ་བོད་ཀྱི་བདུད་བྱ་བ་ནི། རང་གི་ཡིད་ལ་ཆགས་ཤིང་དེ་ལ་དགའ་ཞིང་བོད་དེ་  
ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་ཆེན་པོ་སྒྲིམ་པ་ལ་ཟེར་ཏེ། དེའི་རྒྱ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་རྟེན་བཀྱར་སྟན་གྲགས་  
ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་། འཁོར་མང་པོ་འདུ་བ་དང་། ཡི་དམ་ལྷའི་ཞལ་མཐོང་བ་དང་།  
ངག་རྒྱས་གྱིས་འདྲེ་གདོན་སྤུལ་ཞིང་ན་ཆ་ལུག་རྩ་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་། ཉམས་ཁུད་པར་  
ཅན་རྒྱུད་ལ་སྒྲིམ་པ་དང་། མི་ལམ་ནོ་ཞིང་མངོན་ཤེས་འཆར་བ་དང་། ལུས་ངག་ཡིད་  
གསུམ་ལ་བདེ་བ་དང་རྒྱས་པ་འབར་བ་དང་། ལྷ་འདྲེ་མི་གསུམ་རང་དབང་མེད་པར་འདུ་  
ཞིང་ཟས་ནོར་ལོངས་སྒྲོད་སྤུལ་ནས་བཀྱར་སྟེ་ཞབས་རྟོག་དཔག་མེད་བྱུང་བ་དང་། དེ་  
རྣམས་ལ་དགའ་ཞིང་བོད་ནས་བྲེགས་པ་ཆེན་པོ་དང་ང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཐར་པའི་ལམ་གྱི་བར་  
ཆད་དུ་འགྱུར་བས་བདུད་ཟེར་བ་དེ་ལ་དགའ་བོད་ཀྱི་བདུད་ཅེས་མིང་བཏགས་པ་ཡིན་  
པས། དེ་ན་ཡོན་ཏན་ཅི་བྱུང་ཞིང་རི་རྒྱར་ཤར་ན་ཡང་སྤངས་སེམས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ངོར་  
ཡོན་ཏན་དེ་རྣམས་ཡོན་ཏན་དུ་མི་བཟུང་ཞིང་། དགའ་ཞིང་བོད་པའི་སྒྲོ་དང་། སྒྲུའི་ཡུལ་དུ་  
གྱུར་བ་དེ་རྣམས་ཀྱང་རྟག་པ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་སྐྱའི་རྩེ་མོ་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་དུ། དེ་

ཐམས་ཅད་སྐྱུ་མ་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་མི་ལམ་དང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཉམས་སུ་  
སྒྲངས་ན་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ལ་དགའ་བོད་ཀྱི་བདུད་ཆོད་ནས། མི་ལམ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་  
འགོ་དོན་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་རིགས་ཀྱི་བྱ།

སྦྲེམས་བྱེད་ཀྱི་བདུད་ཅེས་པ་ནི། བདུད་གསུམ་གའི་རྩ་བ་སྦྲེམས་ལ་ཐུག་པས།  
སྦྲེམས་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བ་ཆོད་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། དེ་ཡང་སྦྲེམས་བྱེད་ཅེས་པ་ནི་བདག་  
འཛིན་ལ་ཟེར་ཏེ། འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་རྒྱ་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་  
གྱིས་བྱས་ནས་ཐར་པ་འཛོལ་ཏུ་མི་སྦྲེར་བའི་བདུད་བྱས་པའི་ཕྱིར་སྦྲེམས་བྱེད་ཀྱི་བདུད་  
ཟེར་བའོ། བདག་འཛིན་ཀྱི་བདུད་ཀྱང་ཟེར་བ་ཡིན་ཅིང་། བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་  
བསྐྱུང་བས་སེམས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་སོང་ནས་སེམས་ལ་བཟང་ངན་གང་ཤར་ཐམས་  
ཅད་རྟོག་པས་བསྐྱུང་ཞིང་བདེན་འཛིན་བྱས་པ་ལ་སྦྲེམས་བྱེད་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཡུལ་  
སྦྲེམས་བྱ་དང་ཡུལ་ཅན་སྦྲེམས་བྱེད་ཅེས་པ་འདྲ། ང་དང་ངར་འཛིན་པའི་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བདེན་པར་གྲུབ་པ་མེད་པར་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་རིགས་པར་བྱས་པས།  
བདེན་འཛིན་ཀྱི་རྩ་བ་ཡུལ་ནས་ཐོན་ཏེ། བཟང་ངན་གྱི་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་མི་  
འཆོར་ཞིང་། ཡིད་བྱེད་དང་ཡིད་སྟོན་བྱེད་པའི་སྒྲིམ་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐའ་དང་བྲལ་  
ནས། སྒྲོ་བཏགས་པ་ཅན་མ་ཡིན་བྱན་ནེ་བ། བར་འཛིན་ཞིག་པའི་སྒྲོ་འཛོལ་ལེ་བ་ཤིག་གི་  
བ། ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱེན་གྱིས་གཡོ་མི་རུས་པའི་སེང་རེ་བ། ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་པ་དང་  
བྲལ་བའི་ཤེས་པ་ས་ལེ་བ། གང་ལ་ཡང་ཆགས་པ་མེད་པའི་རིག་པ་ཕྱིག་གི་བ་དེ་བདེན་  
འཛིན་ཀྱི་སྦྲེམས་པ་དང་བྲལ་ནས། བདེན་མེད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་དོན་དང་མཇལ་བ་ལ་ནི།  
སྦྲེམས་བྱའི་བདུད་ཆོད་པ་ཟེར་བ་ཡིན་པས། སྦྲེམས་བྱའི་བདུད་ཆོད་ན་ཉོན་མོངས་པ་ལས་  
བྱུང་བའི་བདུད་ཐམས་ཅད་ཆོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་བདག་ཡོད་ཅ་ན་བདུད་ཀྱང་ཡོད། བདག་མེད་ཅ་ན་བདུད་ཀྱང་མེད་པས།  
བདག་མེད་པ་ལ་གཙོད་བྱའི་ཡུལ་མེད་ཅིང་། འཛིགས་པ་མེད་ཅིང་ཡང་ང་བ་མེད་པས།

མཐའ་དང་བྲལ་བའི་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒོ་བྲོས་རྒྱས་ནས།  
བདུད་བཞི་ལས་སྒོལ་བ་དེ་ལ་འབྲས་བུ་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡང་བདུད་བཞིའི་རྣམ་གངས་ཡིན་  
ཚུལ་དང་། བདུད་བཞི་གཅོད་པས་རང་སར་སྒོལ་ནས་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་  
ལུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཉུང་ཏུ་བཞད་པའི་ཆོག་དོན་འདི་ནི། བྱ་ལས་འཕྲོ་ཅན་གྱི་གང་བ་དང་།  
གཞན་ཡང་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱིས། ཡིད་ལ་བརྩལ་བས་བཙོན་འགྲུས་སྤྱར་པོ་  
ཡིས། ད་དུང་དང་དུ་ཡོངས་ལ་གཞན་པན་གྱི་སེམས་རྒྱ་སྦྱིད་ཅིག་ཨང་། ཞེས་གསུངས་  
སོ། །

ཡང་གང་པས་ཞུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། དེ་ལྟ་བུའི་བདུད་བཞི་ནི་དུས་གཅིག་ལ་  
གཅོད་པ་ཡིན་ནམ། རིམ་པའི་བྱད་པར་ཡོད་དམ། བདུད་བཞི་ལ་སྤྱི་ཉིང་གི་བྱད་པར་ཡོད་  
པ་ཡིན་ནམ་ལགས་སོ་ཞེས་ཞུས་པའི་ལན་དུ། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས་བྱ་ཐོགས་བཅས་  
ཐོགས་མེད་གཉིས་ནི་རྒྱའི་དུས་ཀྱི་བདུད་ཡིན་ལ། སྤྲེལ་བྱེད་ནི་ལམ་གྱི་དུས་ཀྱི་བདུད་  
ཡིན་ཅིང་། དགའ་བོད་ནི་འབྲས་བུའི་དུས་ཀྱི་བདུད་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ས་མ་ཐོབ་པའི་གང་  
ཐག་གི་ཆོགས་ལམ་དང་། སྦྱར་ལམ་མན་ལ་གནས་པ་རྣམས་ནི་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་  
པས། དེའི་དུས་སུ་རྟེན་ལུས་དབང་ཆེ་ཞིང་། བརྟེན་པ་སེམས་དབང་མི་ཆེ་བའི་སྟོབས་  
ཀྱིས་ནད་ལ་སོགས་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་རྣམས་ནི་མི་འདོད་བཞིན་དུ་རང་དབང་  
མེད་པར་འོང་ཞིང་། མངོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་རྣམ་དག་ནི་མེད་པས། འབྱུང་བཞི་ལ་  
སོགས་པའི་དངོས་པོ་མཆོན་ཉིད་ཅན་ལ་དངོས་པོ་ཐོགས་པས་ན། ཆོགས་སྦྱར་གཉིས་ཀྱི་  
དུས་སུ་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་བདུད་དངོས་སུ་གཅོད་པར་བྱས་པ་ནི་དཀའ་བས། དེའི་དུས་སུ་  
སྒོའི་ཉིང་དུ་སྦྱར་བར་བྱེད་དོ། །

ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་ན་བརྟེན་པ་སེམས་ལ་དབང་ཆེ་བས། མངོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་  
ལ་དབང་ཐོབ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་བདུད་འབྱུང་བ་བཞི་དང་། དུག་དང་།  
མཆོན་དང་། གཡང་ས་དང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོའི་མཆོན་མ་ཐམས་ཅད་ལ་དངོས་

སྤྱི་གཙོད་པར་རྒྱས་སོ། །དེའི་དུས་སྤྱི་ཉི་ལུས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བདེན་  
མེད་དུ་ཡོད་པས། དངོས་པོའི་མཆོན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་སང་མ་སྤྲེལ་བར་དུ་དཀའ་བ་སྤྱད་དགོས་ཏེ། དཀའ་བ་ཅི་ཅམ་སྤྱད་ཀྱང་ལུས་སེམས་  
ལ་སྤྱད་བསྐྱལ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོར་ལམ་མན་ཆད་དུ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་བདུད་ལ་  
གཙོད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་ལྷ་འདྲེའི་ཆོ་འཕྲུལ་དང་། རྣ་ཆ་དང་དུམ་ཆགས་སྤང་ཆོས་  
བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་བྱུང་ཆོར་རྣམས་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་ནི་ས་མ་ཐོབ་ཀྱང་གང་  
ཟག་གཉིན་པོ་སྟོབས་ཆེ་བ་དང་ལྷན་ན་གཙོད་རྒྱས་ཤིང་། རྒྱས་པ་ཅན་དུ་གཙོད་ཀྱང་  
དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་དང་པོ་གཙོད་ལ་འཇུག་པ་ནས་མ་རིག་པའི་སེམས་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་སྤྲེལ་  
པའི་བདག་འཛིན་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ། རྣམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གཞི་མ།  
འབྱུལ་ཞིང་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་སྟེམས་བྱ་མ་རིག་སྤྱན་པའི་སེམས་དེ་ནི།  
རང་རིག་སྟེམས་བྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཙོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་དང་པོ་ཆོས་ལ་འཇུག་  
དུས་ནས་བདག་འཛིན་མ་རིག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཅ་བ་དེ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེ་ལ།  
དང་པོ་ནས་མ་རིག་པ་སངས་ཏེ་ཆོད་པར་མི་འོང་སྟེ། བདག་མེད་ལ་རྒྱན་དུ་སྒྲོ་སྤྱངས་པས་  
བདག་འཛིན་ཀྱི་སྟེམས་ཅ་རེ་ཉམས་སུ་འགོ་ཞིང་བདག་མེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་རེ་རྒྱས་སུ་འགོ་  
བས་ཆོགས་ལམ་ནས་སྦྱོར་ལམ་སོགས་ལམ་ཀྱི་རིམ་པར་བཀོད་པ་དང་། སྟེམས་བྱའི་  
བདུད་ཆོད་ཅིང་ཡོན་ཏན་སྤྲེལ་པ་དང་དུས་མཉམ་སྟེ། སྟེམས་བྱའི་བདུད་མ་ཆོད་ན་ལམ་  
བཀོད་མི་རྒྱས་པའི་བྱེད། སྟེམས་བྱ་ལམ་ཀྱི་བདུད་ནི་དང་པོ་ཆོས་ལ་འཇུག་པ་ནས་མཐོང་  
ལམ་ཀྱི་བར་དུ་ངེས་པ་ཅན་དུ་གཙོད་དགོས་ཏེ། མཐོང་ལམ་ན་ཡང་བདེན་འཛིན་ཉོན་  
མོངས་པའི་ཅ་བ་མེད་ཀྱང་། ད་རུང་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ་སྒྲོ་སྦྱོང་དགོས་སོ། །

སྟེམས་ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ། སྟེམས་བྱ་སྟེམས་བྱེད་གཉིས་མེད་དེ། དེ་ཡང་སྟེམས་  
བྱ་མི་རྟག་པ་སྟེ་བདེན་འཛིན་ཀྱི་ཅ་བ་སྤང་བྱ་ཡིན་ལ། སྟེམས་བྱེད་མི་རྟག་པར་ཤེས་པར་

བྱད་པ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་སྤོང་བྱད་ཡིན་པས་དེ་སྤང་མི་དགོས་ལ། སྤངས་ཀྱང་མི་  
སྤངས་པས། ལྷམས་བྱད་ཀྱི་དོ་བོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པའི་  
ཉམས་ཁྱད་པར་ཅན་ཤར་ནས་འོང་བའི་སྣ་ལ་དགའ་བོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་བཞད་པ་  
ནམས་སྐྱེས་ནས་འོང་བའི་སངས་རྒྱས་འཛོལ་དུ་མི་སྟེར་བས་ན་འབྲས་བུའི་བདུད་ཟེར་ཏེ།  
གོང་དུ་བསྟན་པའི་མི་ལས་སྐྱ་མ་ལྟ་བུར་ལས་དུ་འབྱེར་བས་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ཐོགས་བརྟོན་པར་བྱས་ནས་འཕྲོ་བའི་དོན་འབྱུང་བར་བྱད་པ་ཡིན་པས། དེ་སྣ་བུའི་དགའ་  
བོད་སྐྱེ་བ་དེ་སྤང་ཡང་མི་དགོས་ལ། སྤངས་ཀྱང་སྤང་མི་སྟབས། དཔེར་ན། རྟོད་ཆུན་དང་  
འཕྲད་ན་ལོ་རྟོག་སྐྱེ་བ་ནམས་བཀག་པས་མ་སྟབས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་སྟན་སྟམ་  
ཆོགས་པ་སྐྱེ་བ་ནམས་འགོག་མི་དགོས་ཤིང་། ཡོན་ཏན་ཅི་ཤར་ཅི་བྱུང་ཡང་སྐྱ་མ་ལྟ་བུར་  
ལས་དུ་འབྱེར་བར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཐོགས་བཅས་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་སྤང་བྱ་ཡིན་ལ།  
སྟེམས་བྱ་དང་སྟེམས་བྱད་དགའ་བོད་གཉིས་སྤོང་བྱད་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་འབྲས་བུ་མཐར་  
ཕྱིན་པའི་དུས་སུ་སྤང་བྱ་དང་སྤོང་བྱད་གཉིས་ཀ་ལས་ཕྱོལ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ་རིགས་ཀྱི་བྱ།  
ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་གང་པས་མ་ཅིག་ལགས། བདུད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རི་ལྷང་གསུང་བ་དེ་བཞིན་  
ལགས་ཏེ། ལྷ་འདྲེ་ཞེས་པ་དེ་བདུད་དེ་དག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནས། དེ་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་འདྲེ་  
ཟེར་བ་གཞན་ཞིག་ཡོད་དམ་ལགས། ཞེས་ཞུས་སོ། །ཡང་མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བུ་ཉོན་  
དང་ལྷ་འདྲེ་ཟེར་བ་བདུད་དེ་དག་གང་ཡིན་ཏེ། དེ་བས་གང་ལྷ་འདྲེ་ཟེར་བ་གཞན་ཞིག་གང་  
ངེས་པ་ཅན་ཏུ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་འདྲི་བ་ཉོན་པའི་ཀུན་བཏགས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་དང་། རོ་བོར་  
གནས་ཚུལ་གྱི་ལྷ་འདྲེ་དང་། མཐོང་སྤང་སྟོ་བཏགས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་དང་། རང་བཞིན་ལྷན་སྐྱེས་  
ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་དང་བསྐྱེ་མེད་ལས་དབང་གི་ལྷ་འདྲེ་དང་། མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་ལྷ་འདྲེ་དང་རྒྱལ་སྟེ་  
དེ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ལྷ་ཞེས་པ་དང་། འདྲེ་ཞེས་པ་གཉིས་གཉིས་ཏེ། མཐར་ཐུག་ལྷ་དང་འདྲེ་  
ཞེས་པ་གཉིས་མེད་ལ། ལྷ་མ་ལ་ནི་ལྷ་ཡང་འདྲེ་ལ་འདྲེ་ཡང་ལྷ་སྟེ་ངེས་པ་མེད་དོ། །དེ་ཡང་

དང་པོ་ཀུན་བཏགས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་ཞེས་པ་ནི། འཛིག་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་  
ཤིང་། བཏགས་པའི་ལྷ་ཞེས་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་པའི་སྤང་ཡུལ་དུ་གྲུབ་པའི་གཟུགས་བཟང་  
ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྤང་དགའ་ཞིང་དང་བ་འདྲེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ལྷ་ཟེར་ལ། གང་  
གི་སྤང་ཡུལ་དུ་མི་སྦྱག་ཅིང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་ཡང་བ་སྦྱེ་བར་བྱེད་པའི་གཟུགས་ཀྱིས་སྟོན་  
ལ་འཆེ་བའི་རྟེན་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་འདྲེ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་གང་ལ་ཕན་  
འདོགས་པ་དེ་ལ་ལྷ་ཟེར་བ་དང་། གང་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་འདྲེ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ནི་འཛིག་རྟེན་པ་ཀུན་གྱིས་བཟང་126 རན་དང་ཕན་གཞོད་ཅམ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་ཟེར་བ་ལ་  
ནི་སྤོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་གཏམ་ཡིན་པས། རོན་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་བཟང་  
པོས་ཀྱང་གཞོད་པ་བྱེད་ལ། རན་པས་ཀྱང་ཕན་བཏགས་པ་ཡོད་པ་དང་། དང་པོར་ཕན་  
བཏགས་ཀྱང་ཕྱིས་གཞོད་པ་སྦྱེལ་བ་ཡང་མང་ལ། དང་པོར་གཞོད་པ་བྱས་ཏེ་ཕྱིས་ཕན་  
བཏགས་པ་ཡང་ཡོད་པས་ངེས་པ་མེད་དེ། བཟང་པོའི་ཆགས་ཡུལ་ལྷ་དུ་བྱས་པས་ཀྱང་  
གཞོད་པ་སྦྱེལ་ལ། རན་པ་ཡིད་ལ་མི་འདོད་པ་ལ་འདྲེ་བྱས་པས་ཀྱང་ཕན་བཏགས་པ་ཡོད་  
པས། ལྷ་ཞེས་པ་དང་འདྲེ་ཞེས་པ་གང་ལ་ཟེར་བའི་ངེས་པ་མེད་པས། བཟང་རན་དང་ཕན་  
གཞོད་ཅམ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་གཉིས་ཀྱི་རྟོག་པས་བཟུང་བ་ནི་འཛིག་རྟེན་པ་ཀུན་གྱིས་སྟོ་  
བཏགས་པ་ཡིན་པས་རོན་ལ་གནས་ངེས་པ་མེད་དོ། །དེ་ནས་གཙུག་ཡུལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
བཟང་རན་དང་ཕན་གཞོད་ཅམ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེར་འཛིན་པ་ནི་གཏན་ནས་མི་འདོད་ལ།  
བཟང་རན་ཕན་གཞོད་ཅམ་ལ་ལྷ་འདྲེའི་མིང་ཡང་མི་གདགས་ཤིང་། སྦྱ་ཡང་མི་བསྐྱག་པར་  
བདེན་མེད་དུ་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་ལམ་དུ་འབྱེད་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ངོ་པོའི་གནས་ཚུལ་གྱི་ལྷ་འདྲེ་ལ་གཉིས། འཛིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ལྷ་དང་།  
འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལྷ་དང་གཉིས། འདས་པའི་ལྷ་ལ་ཡང་འཁོར་བའི་རྒྱ་འབྲས་  
དང་། འཁོར་བའི་གནས་གཉིས་ཀ་ལས་འདས་པ་དང་། འཁོར་བའི་གནས་ལས་མ་འདས་  
པ་དང་གཉིས་ཏེ། དེ་ཡང་དང་པོ་རྩི་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་དང་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་།

ཡུམ་ཆེན་མོ་དང་། རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་ལ་སོགས་པ་ནི་འོག་མིན་སྒྲུག་པོ་བཞོད་པའི་གནས་སུ་རང་རང་གི་འཁོར་དང་བཅས་པ་བཞུགས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་པའི་གནས་དང་། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀ་ལས་འདས་པའི་ལྷ་ཡིན་ལ། མི་མཐེད་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་བཅོམ་ལྡན་རྒྱལ་བ་ལྷ་ཁྱེད་ལ་ཆེན་པོ་ཉིད་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲུན་རས་གཟིགས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱམས་པ་དང་། ལག་ན་དོ་རྩེ་དང་། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་གནས་ལས་མ་འདས་ཤིང་། འཁོར་བའི་ལས་དང་རྒྱ་འབྲས་ལས་འདས་པའི་ལྷ་ཡིན་ནོ། །

འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ནི་གཞུགས་མེད་དང་། གཞུགས་ཁམས་དང་། འདོད་པའི་ལྷ་དང་། དེ་རྣམས་ནི་དོ་སོ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཟེར། དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་དོ་སོའི་གནས་ཚུལ་གྱི་ལྷ་ཞེས་སོ། །འདྲེ་ཞེས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གཞུགས་མེད་ཀྱི་དེགས་པ་དང་། གདུག་རྒྱུ་དང་། རུས་མཐུ་དང་། རྩ་འབྲུལ་ཆེན་པོ་སྟོན་རུས་ཤིང་། གཞུགས་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་མང་པོ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་གཤིན་རྩེ་དང་། བདུད་བཅན་སྡེ་བརྒྱད་ཟེར་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་སེམས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་འདྲེ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། དེའང་འཇིག་རྟེན་པའི་སློ་འོར་དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྡེ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་དོན་གནས་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན་དོ་སོའི་གནས་ཚུལ་གྱི་འདྲེ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཕན་གདགས་པ་ལ་ལྷ་ཟེར་ན་སྡེ་བརྒྱད་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཕན་གདགས་པས། འཇིག་རྟེན་པ་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་ཟས་ཞོར་དང་བསོད་ནམས་བསྐྱེད་རུས་པས་ན། འདྲེ་སྡེ་བརྒྱད་སོགས་ཡང་ལྷ་ཡིན་ནོ། །

གཞོད་པ་བྱེད་པ་འདྲེ་ཡིན་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་པལ་པ་རྣམས་མ་དགའ་ན་ཡང་གཞོད་པ་བྱེད་པས་ལྷ་དེ་དག་ཀྱང་འདྲེ་ཡིན་དགོས་སོ། །དེས་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་ཕྱགས་ཀྱི་ཕན་གདགས་པ་ལ་ལྷ་བྱས་ནས། གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་འདྲེར་བྱེད་པ་དང་གནས་ཚུལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལ་ལྷ་ངེས་པ་ཅན་དུ་བྱེད་པ་དང་། གནས་ཚུལ་སྡེ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་



ལ་འདྲེ་ངེས་པ་ཅན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། གཙོད་ཡུལ་བའི་ལུགས་ཀྱིས་དེ་གོ་བསྒྲིག་དགོས་པ་  
ནི། དེ་ཡང་རང་ལ་བཅེ་ཞིང་གཏུང་བར་བྱེད་པའི་གཉེན་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ལ་རི་  
ཁོད་དུ་འགྲོ་བ་མི་འཐད་དེ། ཟས་གོས་ཀྱིས་འཁོངས་པ་དང་། བ་ཆ་དུམ་འོངས་ནས་  
གྲོགས་དང་སེམས་བཅེ་བ་མེད་ནས་ཉོན་མོངས་པ་འོང་བས་བྲིམ་དུ་སྡོད་ཅིག་དང་ངེད་  
རྣམས་ཀྱིས་མཐུན་ཆེན་བཟང་པོ་བྱེད་ཅིང་། ཁྱོད་ངེད་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོས་གཏོང་མི་རུས་སོ་  
ཟེར་ནས་ཐར་པའི་ལམ་གྱི་བདུད་བྱེད་ཅིང་དགེ་བ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་འདྲེ་བྱེད་པས། དེ་  
ལྟར་བཅེ་ཞིང་པན་གདགས་པ་རྣམས་ནི་བདུད་དང་ལྷ་འདྲེ་རུ་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་། བདག་  
ལ་སྤང་ཞིང་གཞོད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་ནི། སྤྱིང་རྩེ་བསྐྱོམ་ཞིང་སྡོན་གྱི་ལན་ཆགས་  
འཁོར་བར་བསམས་ནས། དགའ་བར་བསྐྱོམ་ཞིང་དེ་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་གྱི་ལམ་ལ་བསྐྱལ་  
བའི་ལྷ་ཡིན་ལོ་བསམ་པར་བྱའོ། །

འཛིག་ཉེན་པའི་ལྷ་ལ་ཡང་ཆགས་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཆགས་པར་བྱས་ན་འཁོར་བར་  
འབྱུངས་པའི་འདྲེ་བྱེད་པས། འཛིག་ཉེན་པའི་ལྷ་ལ་ཡང་རེ་ལྟས་སྤྱིའི་ཅེ་མོ་ཅམ་ཡང་མི་  
བྱེད་དོ། །སྟེ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིང་རྩེའི་སྒྲོས་ངེས་པར་དུ་བཟུང་ནས། འཁོར་  
དུ་བསྐྱོར་ཅིང་གཅེས་པར་བསྐྱུང་བར་བྱ་སྟེ། ཁོ་ལ་བཉེན་ནས་དགེ་བ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་  
པའི་ལྷ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བདག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་སྐྱོམ་ཞིང་། ལུས་  
སྟོག་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་གཞོད་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་གཏོང་ཞིང་། སྤྱིང་རྩེའི་སྒྲོ་དང་མ་  
བྲལ་བར་བྱེད་པ་དེ་གཙོད་ཡུལ་བའི་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་གཉིས་ཀྱི་འདོད་ཆུལ་ཡིན་ལ། རོ་  
ཐོར་གནས་ཆུལ་གྱི་ལྷ་འདྲེ་གཉིས་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་དུ་མིང་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་པའམ། དོན་  
གནས་ལ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཡང་སྤང་ཅམ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་བདེན་འཛིན་མི་བྱེད་  
པས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་དོན་དམ་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་མཐོང་སྤང་སྒྲོ་བཏགས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་ནི། འཛིག་ཉེན་པའི་ས་བླ་བའི་སྤྲན་  
བཙུན་ཞེས་པ་སོགས་དཀར་སྟོགས་ལ་ཅུང་ཟད་དགའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མི་པོ་མོ་པལ་པའི་

ཤེས་རྒྱུ་དག་ལོས་ནས་འཛིག་ཏེན་པ་ཀུན་གྱི་ལས་ལེགས་ཉེས་ཐམས་ཅད་སྤྱུ་བཅོལ་བ་  
དང་། གཞན་ཡང་དུས་ལ་བབ་པ་མ་ཡིན་པ་དགུན་སྤང་དུས་ལ། མེ་ཏོག་དང་ལོ་ཏོག་སྤྱེས་  
མ་ཐག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་ཆོག་པ་མི་འདྲ་བའི་རྣམས་གངས་དུ་མ་མཐོང་བ་དང་།  
མི་མ་ཡིན་པ་པལ་ཆེར་གྱིས་དངོས་སུ་གཟུགས་བསྟན་ནས། ལུང་བསྟན་དུ་མ་བྱེད་པ་  
དང་། གཞན་ཡང་འཇའ་འོད་དང་། སྤྱུ་གཟུགས་ཀྱི་རྣམས་པ་མཐོང་བ་དེ་རྣམས་ལ་དངོས་  
ཀྱབ་ཡིན། གཡང་ཡིན། ལྷ་ཡིན། དཔལ་ཡིན་ཟེར་ནས་སྒྲོ་བཏགས་ཏེ་ལྷ་བྱེད་པ་ལ་མཐོང་  
སྤང་སྒྲོ་བཏགས་ཀྱི་ལྷ་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དུས་མ་ཡིན་པ་དགུན་གྱི་དུས་སུ་སྤྱུ་  
དང་སྤྱུ་ལ་པ་ལ་སོགས་པའི་འཛིགས་སུ་བྱང་བའི་གཟུགས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་མཐོང་བ་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་དབྱར་སྤུང་དང་མིང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོག་ཆགས་མང་པོ་བ་དང་། ཉ་མོ་  
སྐམ་ལ་འཛིང་བ་མཐོང་བ་དང་། གཞན་ཡང་མིག་གི་ཡུལ་དུ་མི་སྤྱུག་པའི་གཟུགས་སོགས་  
ལ་འཛིགས་ཤིང་ཡང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡིད་མི་བདེ་བར་བྱེད་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་  
མཐོང་བ་དེ་རྣམས་ལ་ནི་འདྲེ་ཟེར་ནས་ཉེས་པ་འོང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། འདྲེ་ཟེར་བ་སྒྲོ་  
བཏགས་པས་ན་མཐོང་སྤང་སྒྲོ་བཏགས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། འདི་ནི་འཛིགས་ཏེན་པའི་  
ལུགས་ཀྱི་ལྷ་དང་འདྲེ་ལ་ངེས་པར་དུ་བཟུང་བ་ཡིན་ཀྱང་། གཙོད་ཡུལ་བའི་ལུགས་ཀྱི་  
མཐོང་སྤང་དེ་ཅུ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེར་བྱེད་པ་མི་འདོད་ཅིང་། དོན་གནས་ལ་ཡང་མཐོང་སྤང་  
དེ་ཅུ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་ཟེར་བ་མ་ཡིན་ལ། མཐོང་སྤང་གི་ལྷ་དང་འདྲེ་ནི་འཛིག་ཏེན་སྒྲོ་  
བཏགས་རྒྱུ་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གཙོད་ཡུལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དགའ་བ་དང་འཛིན་པར་མི་  
བྱེད་ཅིང་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་ལ་བཞག་པས། བན་གཞོད་མི་རུས་རང་སར་གྲོལ་བ་ཡིན་  
ནོ། །གཙོད་ཡུལ་པས། དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ཤིང་མཐོང་སྤང་ཅུ་ལ་ལྷ་འདྲེ་འཛིན་པས་བཟུང་  
ན་ངའི་ཆོས་ལུགས་དང་འགལ་ཞིང་གཙོད་ཀྱི་དགོས་པ་དོར་བས་ན། དོན་ལ་ངེས་ཤེས་  
སྤྱེད་ལ་ཉམས་སུ་འོངས་ཤིག་རིགས་ཀྱི་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

བཞི་པ་རང་བཞིན་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་ནི། རང་རིག་པའི་དག་སྒྲུབ་གི་ཆ་ལ་ཡེ་  
ཤེས་ཆེན་པོ་ལྷ་འབྱུང་བ་ལ་ལྷ་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། མ་རིག་པའི་བདག་འཛིན་ལས་ཉོན་མོངས་  
པ་དུག་ལྷ་འབྱུང་བ་ལ་འདྲེ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཡེ་ཐོག་གཏོད་མ་ནས་རང་རིག་པའི་ཡེ་  
ཤེས། ཀ་དག་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་ཆོས་སྐྱེ་དེ་དང་། མ་རིག་པའི་བདག་འཛིན་ཉོན་མོངས་དེ་གཉིས་  
ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྐྱེས་ནས་རིག་དང་མ་རིག་མཉམ་པར་སྒྱུར་ནས་ཡོད་བ་ཡིན་པས། ལྟན་ཅིག་  
སྐྱེས་སྐྱེར་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྷ་བྱའི་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་དེ་འཇིག་རྟེན་པ་པལ་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ཤེས་པས། མི་དགེ་བའི་ལས་བསགས་ནས་འཁོར་བའི་རྒྱ་དཔག་ཏུ་མེད་  
པ་གསོག་ཅིང་། དེའི་ལས་ཉོན་ལ་དུས་རྒྱུད་དུ་འབྱུག་བ་ཡིན་པས། དེས་ན་ཉེས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་བདག་འཛིན་ལས་བྱུང་བ་དེ་ཡང་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་འོད་རབ་ཏུ་གསལ་  
བར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོའི་བདག་མེད་མ་ཤེས་པས། དོན་སྤྱིའི་ལས་དང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་  
མོངས་ནས་པན་གཏོད་དང་བཟང་ངན་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་ཡུལ་ཙམ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་གཉིས་སུ་བཟུང་  
བ་དེ་མ་རིག་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷ་དང་། འདྲེ་གཉིས་འབྱེད་པར་བྱེད་  
དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའང་ལྟན་སྐྱེས་རང་རིག་པའི་ཤེས་རབ་བཞི་དང་ལྟན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྷའི་འོད་ཟེར་  
འབར་བ་དེ་མ་རིག་པ་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་ལ། རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་  
སྐྱེབ་པར་བྱེད་པའི་མ་རིག་པའམ། བདག་འཛིན་དེ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཅོད་རྒྱུའི་  
ཡུལ་དེ་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་པ་པལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་མི་བྱེད་པའི་སྟོབས་  
ཀྱིས། དགེ་མི་དགའི་ལས་ཐམས་ཅད་མ་བྱེད་ནས། འཚོལ་བར་སོང་བས་འཁོར་བའི་རྒྱུར་  
གྱུར་བ་ཡིན། དེ་བས་ན་གཅོད་ཡུལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་གཉིས་འབྱེད་པར་  
བྱས་ལ། གཅོད་རྒྱུའི་བདག་འཛིན་ཀྱི་གཉེན་པོར་གཅོད་མཁན་ཀྱི་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱིས་བདག་མེད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་དང་པོ་གཞི་གདོད་མ་ནས་རིག་པ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་སྤྱུང་དང་མ་རིག་པ་  
བདག་འཛིན་གྱི་ཐི་མ་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཏུ་ཡོད་པས་སྣན་སྤྱེས་ཟེར་ལ། དེ་སྤྱུང་དང་སྤྱིན་  
གང་གིས་ཀྱང་མ་བསྐྱེད་པས་རང་བྱུང་ཏུ་ཡོད་ཅིང་། མོག་མར་འདི་ཙམ་ནས་བྱུང་བའི་  
སྤྱོད་སྤྱོད་མེད་པས་རང་བཞིན་ཏུ་སྤྱེས་པས་ན་རང་བཞིན་སྣན་ཅིག་ཏུ་སྤྱེས་པ་ཟེར་རྟེ། དེ་  
ཡང་མ་བརྟགས་མ་དབྱུད་བའི་ཆེ་རིག་མ་རིག་སྣན་ཅིག་ཏུ་ཡོད་པས། སོ་སོར་མི་བྱེད་ཅིང་  
མ་རིག་ཀྱང་། བརྟགས་ཤིང་དབྱུད་ན་དབྱེར་མེད་ཚུ་སྤྱུང་དང་འབྲས་སྤྱེ། འོ་སོ་སོ་སོར་ཡོད་  
པས་སོ་སོར་རིག་ཀྱང་སོ་སོར་བྱེད་པ་ཡིན་རྟེ། དེ་ཡང་སྤྱུ་མ་མཁོན་ཉིད་བསྐྱུད་དང་སྣན་པ་  
ཞིག་ལ་རག་ལས་རྟེ། དེས་ནི་རང་བཞིན་སྣན་སྤྱེས་ཀྱི་སྤྱུ་འདྲའི་མཁོན་ཉིད་སྣན་པ་ཡིན་  
ནོ། །

ལྷ་པ་བསྐྱུ་མེད་ལས་དབང་ལ་གཉིས་ཏེ། རང་བྱུང་སྤྱི་མཐུན་གྱི་ལས་དང་། འཇུག་  
སྒོ་སོ་སོར་སྤྱོད་པའི་བྱེ་བྲག་གི་ལས་དང་གཉིས་སོ། །དང་པོ་སྤྱི་མཐུན་ནི་འབྱུང་བ་བཞི་  
དང་། དབྱུང་དགུན་སྟོན་དབྱིད་དུས་བཞི་དང་། ཉིན་མཆོན་གཉིས་དང་། སྤྱི་འཆི་གཉིས་  
དང་། ན་བ་དང་། ནད་མེད་བདེ་བ་གཉིས་དང་། ལང་ཆོ་དར་ལ་བབ་བ་དང་། སྐས་ཤིང་  
སྤྱད་བ་དང་གཉིས་ཏེ། དེ་ཡང་འབྱུང་བ་བཞིའི་སྐྱུང་ནི། རང་བྱུང་གཡོ་བ་ཆེན་པོའི་རང་  
བཞིན་འཁྲུགས་པ་སྟེ་ཀུན་གྱི་གཞི་མར་གྱུར་བ་དང་། ལུ་ནི་སྐྱབ་ཞིང་གཡོ་བའི་རང་བཞིན་  
ཏེ། ཐམས་ཅད་སྤྱད་པར་བྱེད་དོ། །མེ་ནི་ཆ་རྟེན་གྱི་འོད་དང་ལྷན་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་སྤིན་  
པར་བྱེད་དོ། །ས་ནི་སྤྱ་ཞིང་མཁའ་གསལ་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་གྱི་བརྟེན་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞི་རང་བབ་ཏུ་གནས་ཤིང་རང་བབ་ཏུ་དལ་བར་སྤྱོད་པ་ནི་འདོད་  
ཡོན་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་སྐྱུ་ཡིན་པས་ན་སྣ་ཞེས་བྱ། རབ་ཏུ་གཡོ་ཞིང་ཤིན་ཏུ་འཁྲུགས་  
པར་གྱུར་པ་ནི་ཉིས་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པས་འདྲེ་ཞེས་ཟེར་དོ། །

དབྱང་ནི་སྣ་ཡིན་ལ། དབྱུག་ནི་འདྲེ་ཡིན་ནོ། རྩོན་ནི་སྣ་ཡིན་ལ། དབྱིད་ནི་འདྲེ་  
ཡིན་ནོ། རྩིན་མོ་ནི་སྣ་ཡིན་ལ། བཅའ་མོ་ནི་འདྲེ་ཡིན། རྩེ་བ་ནི་སྣ་ཡིན་ལ། འཆི་བ་ནི་འདྲེ་

ཡིན། ལུས་སེམས་དལ་ཞིང་བདེ་བར་གནས་པ་ནི་ལྷ་ཡིན་ལ། བདེ་གྲིས་བཏབ་ནས་མི་  
བདེ་ཞིང་འཇུག་པ་ནི་འདྲེ་ཡིན། གཞོན་ཞིང་ལས་དབང་གི་སྟོབས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པ་ནི་ལྷ་  
ཡིན་ལ། རྒྱས་ཤིང་ལུས་དབང་རྒྱད་པ་ནི་འདྲེ་ཡིན་པར་བྱེད་པ་དེ་རྣམས་ནི། འཛིག་རྟེན་པ་  
ཀུན་ལ་ངེས་པ་ཅན་དུ་འོང་ཞིང་རང་བཞིན་གྱི་བསྐྱེད་པ་མེད་པར་སྤྱིའི་ཐུན་མོང་གི་ལས་ལ་  
བྱུང་བས་ན། སྤྱི་མཐུན་གྱི་ལས་ཟེར། དེའང་འབྱུང་བ་བཞི་ནི་སེམས་ཅན་གྱིས་བསགས་  
པའི་ལས་ལ་བྱུང་བ་མེད་དེ། རང་བཞིན་གྱི་ལས་སམ། རང་བྱུང་དུ་འབྱུང་བས་ན་རང་བྱུང་  
ཟེར་བ་ཤེས་པར་བྱའོ་བྲ། །

གཉིས་པ་འབྲུག་སྒྲིའི་ལྷ་ནི། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བསྐྱེད་པའི་ལུས་བསྐྱེད་པའི་པ་  
མ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་ཐར་པའི་ལས་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་དམ་པ་དང་། བཤོན་པོར་བྱེད་པ་  
ལྷ་ལྟ་དང་། དེ་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་ལས་བསགས་པའི་དབང་གིས་ལས་ལ་བསྐྱེད་པ་མེད་  
པར་རང་གི་ལྷ་བྱེད་པས་ན། བསྐྱེད་པའི་ལས་དབང་གི་ལྷ་ཟེར་ཏེ། དེའང་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་  
པ་མ་ལོངས་སྟོན་ཆེ་བ་དང་། ལོངས་སྟོན་རྒྱུང་བ་དང་རིགས་མཐོ་བ་དང་། དམན་པ་དང་།  
གཟུགས་བཟང་བ་དང་། རན་པ་དང་། དགོ་བ་ལ་སྟོན་པ་དང་། མི་དགོ་བ་ལ་སྟོན་པ་དང་།  
དེ་རྣམས་ལ་སོ་སོར་འབྲུག་པའི་སྒྲོ་འབྲེད་དགོས་པ་ཡིན་ཀྱང་། རྟག་པ་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ཅིང་  
ངེས་པ་མེད་པས། གནས་སྐྱབས་ཅམ་རེ་ལ་པན་གཞོད་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་གཉིས་བྱེད་པ་ཡང་བྱེ་  
བྲག་པ་ཡིན་ཏེ། པ་མ་དང་། ཐུན་རྒྱ་དང་། དཔོན་སྟོབ་དང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་བརྟེ་ཞིང་  
གཏུང་བ་རྣམས་ཀྱང་པན་རྒྱུན་དུ་རྩོད་ཅིང་འཇུགས་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གཞོད་པའི་  
འདྲེ་བྱེད་པར་འོང་བ་དེ་ཡང་བརྟེ་ཞིང་གཏུང་བའི་ལས་དེ་ཟད་ཅིང་། གཞོད་སེམས་ཀྱི་ལས་  
དེ་ལ་བཟུང་ནས་གཞོད་སེམས་ཀྱི་ལས་ལ་སྟོན་པའང་ཡོད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བརྟེ་ཞིང་གཏུང་བ་རྣམས་ཆེ་འཕོས་པའི་འོག་དུ་ཡང་མི་མ་ཡིན་  
གཏུག་པ་ཅན་དུ་གྱུར་ནས། སྤར་གྱི་གཉེན་འདུན་སོགས་གཏུང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
གཞོད་པ་སྐྱེལ་བའི་འདྲེ་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆེ་འཕོས་ནས་སྤར་རང་གིས་སྟོག་

གཙོད་བྱས་པའི་དག་པོ་ཡིན་ཀྱང་པན་གདགས་པའི་ལྷ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལ་སོགས་པ་འགོ་  
བ་རིགས་དྲུག་གི་གནས་སུ་ཆེ་འཕོས་རེས་བྱས་པས་པ་མ་དང་གཉིན་འབྲེལ་དུ་མ་གྱུར་པ་  
ནི་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ལ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་ན། འདྲེ་ཞེས་པ་མེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་མ་  
ཤེས་པའི་གནས་སྐབས་ཅན་རེ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་ཟེར་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེས་ནས་གཉིས་སུ་  
འཛིན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རང་རང་གིས་ལས་བསགས་པ་ལས་བྱུང་བ་དེ་མ་ཤེས་ནས་རྒྱུན་  
རན་སོགས་གང་བྱུང་ལ་པའི་སྒྲོས་གྲོང་ཡིན་ལོ་སྒྲུལ་སྟེ་སེམས་ཉམ་ཐག་པར་བྱེད་པ་དང་།  
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཕུན་ཆོགས་དར་ཅན་ཞིག་ལ་ངས་པོ་བྱས་པ་ཡིན་ལོ་སྒྲུལ་ནས་སེམས་  
རྟེགས་པས་ཁེངས་པ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནམས་ཀྱིས་ལས་རྒྱ་འབྲས་མ་ཤེས་པས་རང་གིས་  
ལས་བསགས་པ་ལས་པན་གཞིན་བྱུང་བ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་བྱུང་ནས་ཆགས་པ་དང་སྤང་  
བར་བྱས་པས་འཁོར་བར་འབྱམས་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་རང་གིས་བསགས་པའི་ལས་  
ལ་རང་གིས་སྒྲིད་པ་ལ་རང་གི་དགའ་མི་དགའི་རྟོག་པས་བབྱུང་བ་དེ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལོག་  
ལྷ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེས་ན་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བདག་གི་པ་མར་མ་བྱས་པ་  
ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ཤིང་། པ་མ་ཡིན་  
པར་སྒྲོས་བབྱུང་ནས་པ་མའི་རིན་ཐོན་པར་བྱས་ནས་སྤང་སེམས་སྤངས་ཤིང་བྱམས་པ་  
དང་། སྤྲོད་རྗེའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པ་དེ་གཙོད་ཡུལ་པའི་ལྷགས་ཡིན་ལོ་  
རིགས་ཀྱི་བྱ། དེ་ཡང་མི་མ་ཡིན་གདུག་པ་ཅན་མ་རུང་པ་ནམས་ནི་སྟོག་དབྱགས་ལ་རམ་  
ནས་སེམས་ཅན་མང་པོ་ལ་གཞིན་པ་བྱེད་པ་དང་། བྱེད་པར་དུ་བདག་ལ་གཞིན་པ་བྱེད་  
པའི་མི་མ་ཡིན་དེ་ལ་ནི་འདྲེ་ཟེར་ཏེ། འདྲེ་དེས་ནི་རང་རེའི་པ་མ་བྱས་པ་ལ་གངས་ཀྱིས་མི་  
ཆོད་ཅིང་། ཁོ་ཆེ་འཕོས་པས་རང་རེས་ངོ་མ་ཤེས་པས། ལས་རན་བསགས་པའི་སྟོབས་  
ཀྱིས་རང་རེ་ལ་གཞིན་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ཀྱང་། རང་རེས་ཁོ་པ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་ཁོ་སྤྱུག་  
བསྐྱལ་ལས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། བྱམས་པ་དང་སྤྲོད་རྗེ་བསྐྱེད་ཅིང་རང་གི་ཤ་ཁག་

དང་སྟོག་དབུགས་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་ཁོ་ལ་བཏང་ནས་བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བརྩེ་  
ནས། ཁོ་གར་ཡང་མི་གཏོང་ཞིང་གཏུལ་བར་བྱ་སྟེ་ཐར་པ་ལ་འགོད་དོ། །དེས་མ་བརྟུལ་ན་  
ཞི་བ་དག་པོ་གཉིས་ཀྱིས་འདུལ་བར་བྱེད་དོ། །དེས་མ་ཐུལ་ན་དག་པོའི་སྟོན་ནས་འདུལ་  
དགོས་སོ། །དེས་མ་བརྟུལ་ན་དག་པོ་འབའ་ཞིག་གི་སྟོན་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་དག་པོའི་ལས་ལ་  
སྦྱར་རྟེ། གཤམ་གཏོང་བ་དང་བཅས་པས་འདུལ་བ་ན། དེས་པར་འདུལ་བ་ཡིན་རྟེ། དམ་  
པའི་ཆོས་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་རང་དོན་དུ་ཞེ་སྤང་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ནས། ཁོ་ལ་གཞོད་པའི་ཕྱིར་དུ་དག་པོ་  
བྱས་ནས། རང་གཞན་གཉིས་ཀ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱར་འགོ་བས་ངའི་ཆོས་ལུགས་དང་ཡང་  
འགལ་ལོ། །དེས་ན་གཞན་གྱི་ཕྱིར་དུ་དག་པོ་འབའ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་  
པ་ནི། དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཏུམ་ཞིང་དག་ལ་རྩམ་པའི་མདོག་ནག་ཅིང་  
ཁོ་གཉེར་བསྐྱས་ཤིང་མཆེ་བ་གཅིགས་པའི་འཛིགས་ཚུལ་བསྟན་ནས་སེམས་ཅན་གཏུག་  
པ་ཅན་རྣམས་སྟོལ་བར་བྱེད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མ་  
ཡིན་ལ། སེམས་ཅན་དེ་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ནས་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་དང་། པ་མས་བྱ་ཆ་བརྩུང་བ་ཡང་བྱ་ཆའི་དོན་ཡིན་ཅིང་པ་མའི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ། རང་འདོད་ཀྱི་ངེ་མས་མ་གོས་པར་  
བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ་བྱ། དེ་ལྟར་ལྟ་འདྲེ་ཞེས་པ་གཟུགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་མི་འབྱེད་པ་དང་།  
སྟོད་ལམ་གྱི་སྟོན་ནས་ཀྱང་འབྱེད་པ་དཀའ་སྟེ། དེ་ཡང་གཟུགས་བཟང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བས་  
སྟོད་ལམ་བཟང་པོ་བྱས་ནས། གཞོད་པའི་འདྲེ་བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་ལ། གཟུགས་མི་སྤྲུག་ཅིང་  
འཛིགས་སུ་རུང་བའི་གཞོད་སེམས་ཅན་གྱིས་པན་གདགས་པའི་ལྟ་བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་པ་ནི།  
མི་མ་ཡིན་གཞོད་སེམས་དང་ལྡན་པའི་གཏུག་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱང་དགའ་ནས། བྱང་ཆུབ་  
སྤྲུལ་པའི་མཐུན་རྐྱེན་དང་གྲོགས་བྱེད་པས། འདྲེས་ལྟ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལྟ་འདྲེ་ཐེར་ཞིང་། ལྟ་  
འདྲེའི་ངོ་བོ་སོ་སོར་མ་ཡིན་གཅིག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། འདྲེ་གཏུག་པ་ཅན་དེ་དག་ཆེ་འཕོས་

པས་ངོ་པོར་གནས་ཚུལ་གྱི་འདིག་རྟེན་པའི་ལྷ་རྒྱུས་པ་ཡོད་པས་ཀྱང་ལྷ་འདྲེ་ཟེར་ཏེ་ངོ་པོ་  
གཅིག་གོ།

དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་བཟང་པའི་འདིག་རྟེན་པའི་ལྷ་པལ་པ་མ་དགའ་ན་ཡང་  
གཞོད་པའི་འདྲེ་བྱེད་པས་ཀྱང་ལྷ་འདྲེ་དང་། ལྷ་དེ་དག་ཆེ་འཕྲོས་ཏེ་མི་མ་ཡིན་གདུག་པ་  
ཅན་དུ་གྱུར་ནས། འདྲེ་བྱེད་པས་ན་ལྷ་འདྲེ་ཟེར་བ་དང་། སེམས་ཅན་མ་རུང་བ་ལ་པན་  
གདགས་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡེ་ཤེས་པའི་ལྷ་རྒྱུས་ཁྲོས་པའི་གཟུགས་བསྟན་ནས། གྲ་ནག་དང་  
ཁྲི་ནག་ཅེ་སྤྱང་ལ་སོགས་པའི་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཡོད་པ་དེ་རྒྱམས་མི་པལ་པས་མཐོང་དུ་  
རུང་ན་ཡེ་ཤེས་པའི་ལྷ་དེ་དག་འདྲེ་རུ་བབྱུང་ནས། ལྷ་འདྲེ་ཟེར་ཅིང་བྱེད་པར་བྱེད་  
དོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དུ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་འདིགས་སུ་  
རུང་ཞིང་ཡང་བར་བྱེད་པ་རྒྱུས་ཀྱིས་ཀྱང་། ཤིན་ཏུ་མཛེས་པའི་གཟུགས་བསྟན་ནས་མི་  
པལ་པ་རྒྱམས་དེ་ལ་དགའ་ཞིང་ཆགས་པར་བྱེད་པས་ན། གཞོད་པ་བསྐྱལ་ནས་ལྷ་འདྲེ་  
གཉིས་ཀ་བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །

དེ་ཡང་ཡེ་ཤེས་པའི་ལྷ་ཁྲོས་པའི་གདུམ་པོ་བས་གཟུགས་མཛེས་པ་ནི། གདུག་པ་  
ཅན་གྱི་འདྲེ་ལ་ཡང་གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་གཟུགས་ངེ་ལྷ་བ་བཞིན་བསྟན་ནས་ཀྱང་  
སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དུ་གཟུགས་བཟང་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷ་ངེ་  
ལྷ་ཁྲོས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱང་སྟོབ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཀྱང་། དེ་ལྷ་མ་ཤེས་ནས་  
བཟང་ངན་དང་པན་གཞོད་ཅུམ་ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་ཞེས་པ་གཉིས་སུ་བབྱུང་བས་སེམས་ཉོན་  
མོངས་པ་ཅན་དུ་གྱུར་པས། ལས་དགེ་སྤྱི་གཉིས་ལས་འབྲས་བྱ་བ་དེ་སྤྱི་གཉིས་འབྱུང་  
བ་ལ་ལྷས་པན་གདགས་པ་དང་། འདེས་གཞོད་པ་བྱས་སོ་ཟེར་ནས་ལྷ་འདྲེའི་རྟོག་པས་  
བབྱུང་ཞིང་། ལས་བསགས་པན་གཞོད་བྱུང་བ་མ་ཤེས་པས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བདེན་འདོན་བྱས་  
ནས་ད་རུང་ཡང་དེའི་རྒྱ་མཐུན་པས་འཁོར་པའི་རྒྱར་འགོ་ཞིང་སྤྱི་གཉིས་བསྐྱལ་ལ་དཔག་པར་  
དགའ་བ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཤེས་པ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ལྷ་འདྲེ་གཉིས་



དང་། བཟང་ངན་གཉིས་དང་། ཕན་གོད་གཉིས་དང་། བདེ་སྤྱད་གཉིས་དང་། མཐོང་མཐོང་གཉིས་དང་། ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་། འཁོར་འདས་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་ལས་སྤྱོད་ཆོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་དུ་མ་ཞིག་བརྗོད་དུ་མི་བཏུབ་པ་མཐའ་ཡས་པ་གཅིག་འབྱུང་བ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་རང་གིས་ལས་དགེ་སྤྲིན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་བསམགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་པར་བྱེད་དགོས་ལ། གཞོད་པ་དང་། མི་བདེ་བ་དང་། ཡིད་ལ་མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་མི་འབྱུང་བར་འདོད་ན། མི་དགེ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་བྱའོ། །བདེ་ཞིང་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་དང་། བདེ་བ་ནས་བདེ་བར་འགྲོ་བར་འདོད་ན། དགེ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་ལ་བརྩོན་ནས་བསྐྱབས་པར་བྱས་ན། ལས་ལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་དབང་གིས་བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོ་སོ་སོར་འབྱུང་བས་ན་ངེས་པ་ཅན་དུ་ལས་གཙོ་ཆེ་སྟེ། ལས་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟ་འབྱང་བ་མ་གཏོགས་པ་དེ་བས་གཞན་འཇུག་སྟོ་ཏིལ་འབྱུ་ཅམ་ཡང་མེད་པས་ན། ལས་དབང་ཆེ་ལ། ལས་མ་ཡིན་པའི་གཞན་རེ་སྟོས་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་སྤྱི་ཅེ་མོ་བརྒྱར་གཤགས་པའི་ཅེ་མོ་ཅམ་ཡང་ཡོད་པ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་དུ། ལས་ཀྱིས་བསྐྱུ་བ་མེད་པས་ན། བསྐྱུ་མེད་ལས་དབང་གི་ལྟ་འདེ་ཟེར་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཐམས་ཅད་ལས་བསམགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་ཞེས་པར་བྱེད་ཅིང་། དེའང་ལས་དང་བཅས་པ་ཡང་བདེན་པ་དང་ཉག་པ་ཅན་དུ་མ་ཡིན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཞེས་པར་བྱས་ལ། ཉག་འཛིན་དང་བདེན་འཛིན་དང་བདེན་ཞེན་སྤངས་ནས་ལུས་སྟོག་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་གཅིག་བྱུར་མི་མེད་ལུང་སྟོང་དུ་འགྲིམས་ཤིང་འདྲའི་གཟན་དུ་བསྐྱུར་ནས་གཞན་པན་བསྐྱབ་ཅིང་བྱེད་ལས་ཐམས་ཅད་པཌ་ཀྱིས་གདབ་ཅིང་སྟོས་བྲལ་དུ་གཞག་པར་བྱའོ། །

དུག་པ་མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་ལྟ་འདེ་ནི། འཁོར་བ་ལས་འདས་པའི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནི་ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་གནས་མཐར་ཐུག་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱུ་ལས་སྟོབ་པར་བྱས་པས་ན་ལྟ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་འཛིན་ཉེན་འཁོར་བའི་ལྟ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་བ་ལས་སྟོབ་པར་མི་བྱས་པས་མཐར་ཐུག་གི་

སྐྱབས་གནས་མ་ཡིན་ལ། གནས་སྐབས་ཅམ་རེ་ལ་བྱེ་བྲག་གི་པན་བ་ཕྱ་མོ་ཅམ་རྩས་ཀྱང་  
མཐར་ཕྱིན་བ་མ་ཡིན་པས་ན་མཐར་ཐུག་གི་ལྟར་མི་བྱེད་དོ། །མཐར་ཐུག་གི་འདྲེ་ནི་འཁོར་  
བའི་གནས་ཡིན་ཏེ། བྱད་པར་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་གནས་ནི་སྤྱག་བསྐལ་སྤྱ་མཐའ་མེད་ཅིང་  
གོ་སྐབས་མེད་པར་རྒྱན་དུ་ལུས་སེམས་མནར་ཞིང་སྤྱག་བསྐལ་བར་བྱེད་པའི་འདྲེ་ནི་ངན་  
སོང་གསུམ་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་འཁོར་བ་སྤྱི་དང་བྱད་པར་དུ་ངན་སོང་གསུམ་པའི་འདྲེ་  
ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱབས་མཐར་ཐུག་ཡང་དག་པའི་ལྟ་  
དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་མི་མ་ཡིན་སྡེ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པས་གནོད་བ་བྱས་ཀྱང་བདག་ངན་སོང་  
གསུམ་ལ་སྦྱོར་བར་མི་རྩས་པས་མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་འདྲེ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འཁོར་བ་  
སྤྱི་དང་བྱད་པར་དུ་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་འདྲེ་ལས་ཐར་དཀའ་ཞིང་ཡུན་རིང་དུ་གནས་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་འདྲེ་ཟེར་ཏེ། མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་ལྟ་འདྲེ་ཟེར་བ་འདི་  
གཉིས་ཀྱི་དོན་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །བྱད་པར་དུ་ལས་ལ་ལྟ་འདྲེ་གཉིས་འབྱུང་བས་ན་  
ལས་ཀྱི་ལྟ་དང་འདྲེ་གཉིས་ནི་ངེས་པ་ཅན་དུ་གཙོ་ཆེ་སྟེ། ལས་དཀའ་པོ་དགེ་བ་ནི་ལྟ་ཡིན་  
ལ། ཉག་པོ་མི་དགེ་བ་ནི་འདྲེ་ཡིན་ཏེ། དགེ་སྤྱག་གཉིས་ཀྱི་ལྟ་འདྲེ་གཉིས་ནི་དོན་གནས་  
འབྱུང་བ་མེད་པའི་ལྟ་འདྲེ་ཡིན་པས་ངེས་པ་ཅན་དུ་གཙོ་བོར་འཛིན་དགོས་པ་དང་། དགེ་བ་  
བསྐྱབ་པའི་གང་ཟག་གང་ཡིན་བ་དེ་ཡང་ལྟ་ཡིན་ལ། མི་དགེ་བ་བསྐྱབ་པའི་གང་ཟག་གང་  
ཡིན་བ་དེ་ནི་འདྲེ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ་བྱ། དེ་ལྟར་ན་ལས་ཀྱི་ལྟ་འདྲེ་དང་། མཐར་ཐུག་  
གི་ལྟ་འདྲེ་གཉིས་དབྱེར་མི་བྱེད་པ་སོ་སོར་མ་ཡིན་ཅིང་། ལྟ་དང་འདྲེ་གཉིས་ནི་སྤང་བྱ་དང་  
སྤང་བྱ་ཡིན་པས་ངེས་པ་ཅན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་མཐར་ཐུག་གི་ལྟ་དང་། ལས་ཀྱི་ལྟ་དང་། དེ་གཉིས་ངེས་པ་ཅན་དུ་ཉམས་  
སུ་སྤང་བའི་ལྟ་ཡིན་པས། ལྟ་འདྲེ་གཉིས་ཉམས་སུ་མ་སྤངས་ན་ངའི་ཆོས་ལུགས་དང་  
འགལ་བ་ཡིན་ནོ་བྱ། མཐར་ཐུག་གི་འདྲེ་དང་། ལས་ཀྱི་འདྲེ་འདི་གཉིས་ནི་ངེས་པ་ཅན་དུ་

སྤང་དགོས་པའི་འདྲི་ཡིན། འདྲི་དེ་གཉིས་མ་སྤངས་ན་ངའི་ཆོས་ལུགས་དང་འགལ་བ་ཡིན་  
ནོ་ལྟ། དེ་ཡང་ལས་ཀྱི་ལྟ་འདྲི་དང་མཐར་ཐུག་གི་ལྟ་འདྲི་དེ་གཉིས་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་འདྲི་  
གཞན་ཞིག་གོང་དུ་བཤད་པ་རྣམས་ནི་ལྟ་དང་འདྲི་ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱི་ངེས་པ་མེད་པས། ལྟ་  
འདྲི་གཉིས་ལ་ཉེ་རིང་མེད་པར་བཏང་སྟོམས་ལ་བཞག་ནས་ལྟ་འདྲི་གཉིས་པོ་གང་ལ་ཡང་  
པ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱོས་ལ། བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེའི་ལུགས་ཀྱིས་བཟུང་ནས་ལུས་  
ལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱིན་པས་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཐབས་ཀྱི་ངོ་བོར་ལྟ་འདྲིའི་མཚན་ཉིད་རི་ལྟར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་  
དུ་ཡོད་ཀྱང་། ཡོད་པ་དེའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཤེས་དགོས་ལ། ཤེས་པ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་  
ལེན་དགོས་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ཡང་ཡར་མཐོ་རིས་ཀྱི་གནས་ནི་ལྟ་ཡིན་ལ། མར་ངན་སོང་གི་  
གནས་ནི་འདྲི་ཡིན་ནོ། །ལས་དཀར་པོ་དགེ་བ་ནི་ལྟ་ཡིན་ལ། ཉག་པོ་མི་དགེ་བ་ནི་འདྲི་  
ཡིན་ནོ། །བྱ་བ་དང་སྦྱོང་ལས་མཛེས་ཤིང་ཞི་བ་ནི་ལྟ་ཡིན་ལ། བྱ་སྦྱོང་མི་མཛེས་ཤིང་ཅིང་  
བ་ནི་འདྲི་ཡིན་ནོ། །ཆོས་དང་དགེ་བ་ཡིད་ལ་བྲན་ཆད་ནི་ལྟ་ཡིན་ལ། མི་དགེ་བའི་སྤྲིག་པ་  
ཡིད་ལ་བྲན་ཆད་ནི་འདྲི་ཡིན་ནོ། །ཆོས་དང་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་མོས་ཤིང་འདུན་ཆད་ནི་ལྟ་  
ཡིན་ལ། ཉག་པོ་མི་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་མོས་ཤིང་བྲན་ཆད་ནི་འདྲི་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་ཀུན་  
གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་རང་རིག་པའི་ལྟ་ཡིན་ལ། མ་རིག་པའི་དུག་ལྷ་ཉོན་  
མོངས་པ་རང་ཁ་མར་སྦྱོང་བ་དེ་ནི་འདྲི་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ལྟ་དང་འདྲི་གཉིས་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་གཅིག་ཡིན་ལ། རིག་པ་དང་མ་རིག་པའི་  
བྱང་བར་ཡིན་པས་ན། དོན་དམ་པར་ལྟ་བའི་སྤྱིང་དུ་གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་རྣམས་ལ་བདེན་  
པར་གྲུབ་པ་སྤྱི་ཅེ་མོ་ཅམ་ཡང་མེད་པས། ཡང་དག་པ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་ལྟ་འདྲི་  
མེད་པས་ན། དེ་རྣམ་པར་སྤྱིན་པའི་ངི་མས་ཀྱང་གོས་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་རང་  
བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པའི་ལྟ་བཤེས་པར་བྱའོ་ལྟ། དེ་ལྟར་ཤེས་པའི་རྣམ་འབྱོར་བས་  
དམ་ཆོས་ལྟག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་གཙོད་ཡུལ་བྱ་བ་དེ་ཡང་། སྤྱི་དང་ནང་དང་གསང་བ་དང་། དེ་

ཁོ་མོ་ཉིད་དང་བཞིའི་བྱེད་པར་ཤེས་ཤིང་ཉམས་སྲུ་ལེན་པར་བྱེད་དགོས་པས། དེ་ལྟར་གྱིས་  
ལ་ལྟ་འབྲེའི་འགོ་དོན་ལྟས་པར་གྱིས་ཤིག་རིགས་ཀྱི་བྱ། སེམས་བསྐྱེད་མ་ཆུང་རིགས་ཀྱི་  
བྱ། སྙིང་རྩེ་མ་ཆུང་རིགས་ཀྱི་བྱ། བཙུན་འབྲུས་མ་ཆུང་རིགས་ཀྱི་བྱ། གཏོང་པོ་མ་ཆུང་  
རིགས་ཀྱི་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་གང་པས་ཞུས་པ།

མ་ཅིག་སྤྱི་མེད་རྣམ་དག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ལས། །སྤྱི་མཁའ་ཆོ་འབྲུལ་སྤྱུལ་  
པའི་སྤྱར་བསྟན་པ། །ཐ་མལ་ལུས་ལ་སངས་རྒྱས་དགོངས་པ་ཅན། །འགོ་བའི་དོན་མཛད་  
མ་ཅིག་ཞབས་ལ་འདུད། །དམ་ཆོས་གཙོད་ཅེས་བྱ་བ་འདི། །སྤྱི་དང་ནང་དང་གསང་བའི་  
གཙོད། །དེ་ཁོ་མོ་ཉིད་ཀྱི་གཙོད་ཐབས་རྣམས། །ལེགས་པར་གསུངས་འཆལ་བདག་གིས་  
ཉན། །ཞེས་ཞུས་སོ། །མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ལུ་ཉོན་དང་ང་ཡི་ཆོས་ལུགས་འདི། །སྤྱི་  
ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་མོ་ཉིད། །རྣམ་པ་བཞི་བྱ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། །དང་པོ་གཙོད་པའི་  
ཡུལ་བཞི་བསྟན། །སྤྱིའི་གཙོད་ཡུལ་གཉན་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་བྱེད་པ་ཡིན། །སྤྱི་ནང་གསང་བ་  
དེ་ཁོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲེད་དོ། །ནང་གི་གཙོད་ཡུལ་ནང་དང་གདོན་ལ་བྱེད། །གསང་བའི་  
གཙོད་ཡུལ་རྣམ་ཏོག་འབྲུང་ཆོར་དག་ལ་བྱེད། །དེ་ཁོ་མོ་ཉིད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་དུག་གསུམ་  
དུག་ལྔར་བྱེད་དོ་རིགས་ཀྱི་བྱ།

ད་ནི་དབང་སྤྱད་བྱ་བ་འདི་ལྟར་ཡིན། །སྤྱི་ལྟར་དབང་དུ་སྤྱད་པ་ནི། །ཆགས་མེད་  
ཞེན་པ་བྲལ་ན་ཡིན། །ནང་ནད་གདོན་དབང་དུ་སྤྱད་པ་ནི། །པན་གཞོད་ཀྱི་སྒོ་དང་བྲལ་ན་  
ཡིན། །གསང་བ་རྣམ་ཏོག་དབང་དུ་སྤྱད་པ་ནི། །བཟང་ངན་དམིགས་གཏད་བྲལ་ན་  
ཡིན། །དེ་ཁོ་མོ་ཉིད་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་སྤྱད་པ་ནི། །སེམས་ཀྱི་གཞི་ཅ་བྲལ་ན་ཡིན་ནོ་  
རིགས་ཀྱི་བྱ། །ད་ནི་སྤྱི་ནང་གསང་གསུམ་ཆོད་ཆད་བསྟན་པ་ནི། །ལྟ་འབྲེའི་ཆོ་འབྲུལ་  
འཛིགས་སྒྲག་ཅི་བྱང་ཡང་། །ཡང་མེད་ན་སྤྱི་ཡི་ཆོད་ཆད་ཡིན། །ན་ཆ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཉོན་  
མོངས་ཅི་བྱང་ཡང་། །ལས་སྤྱེས་ན་ནང་གི་ཆོད་ཆད་ཡིན། །རྣམ་ཏོག་བཟང་ངན་འབྲེད་  
གསུམ་ཅི་བྱང་ཡང་། །སྤྱི་ལྟར་མེད་ན་གསང་བའི་ཆོད་ཆད་ཡིན། །སྤྱི་ནང་འདོད་ཡོན་སྤྱི་

ཆོག་མཆོག་ཅི་བྱུང་ཡང་། །བདག་འཛིན་བྲལ་ན་དེ་ཉིད་ཆོད་ཆོད་ཡིན། ད་ནི་ཆར་ཆད་རབ་  
འབྱིང་གསུམ་དུ་བསྟན། །ཆོ་འབྱུལ་མི་འབྲས་ཆོག་མཆོག་ཅི་བྱུང་ཡང་། །ཞི་ཞིང་འཇམ་པ་ཕྱི་  
ཆར་ཆད་ཡིན། །ལྟ་འདྲེ་དད་ཅིང་གུས་པ་ཅི་བྱུང་ཡང་། །དངོས་བྱུང་སྟེར་བ་ནང་གི་ཆར་  
ཆད་ཡིན། །ནད་གདོན་རྣམ་རྟོག་མཉམ་པོར་ཞི་ནས་ཀྱང་། །ལུས་སེམས་བདེ་བ་གསང་  
བའི་ཆར་ཆད་ཡིན། །

བྲམས་དང་སྟོང་ཇེ་མི་རྟག་རྒྱུད་གཏུངས་ནས། །ངེས་འབྱུང་དད་པས་ཆོས་ལ་  
འདུག་པ་དེ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་སྟོང་ཆར་ཆད་ཡིན། །འཛིགས་སྒྲག་ཡ་ང་ཇི་ལྟར་བྱུང་  
ན་ཡང་། །ཉམས་ང་བྲལ་བ་ཕྱི་ཡི་ཆར་ཆད་ཡིན། །ནད་གདོན་ན་ཆ་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཅི་བྱུང་  
ཡང་། །མ་བཅོས་ཞི་བ་ནང་གི་ཆར་ཆད་ཡིན། །དུག་ལྡ་ལ་སོགས་ཉོན་མོངས་ཅི་བྱུང་  
ཡང་། །རང་སར་གྲོལ་བ་གསང་བའི་ཆར་ཆད་ཡིན། །ཕྱི་ནང་སྟོང་ཆོས་བཟུང་  
རྣམས། །འཛིན་སྟོང་བདག་དང་བྲལ་བ་སྟེ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོང་འབྱིང་ཆར་ཆད་ཡིན། །ཆོ་  
འབྱུལ་གཏུག་པ་མ་རུང་འཛིགས་ཆེན་རྣམས། །ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཕྱི་ཡི་ཆར་ཆད་  
ཡིན། །ནད་དང་ཉོན་མོངས་གདོན་སོགས་ཉེས་པ་ཅི་བྱུང་ཡང་། །སྟེམས་དང་བྲལ་བ་ནང་  
གི་ཆར་ཆད་ཡིན། །རྒྱུན་དང་བར་ཆད་མི་མཐུན་ཅི་བྱུང་ཡང་། །སྒོགས་སུ་ཤར་བ་གསང་  
བའི་ཆར་ཆད་ཡིན། །བདག་མེད་གནས་ལུགས་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཡིན། །ཆོས་ཉིད་དྲི་  
མེད་མདོན་དུ་གྱུར་པ་དེ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་སྟོང་རབ་ཆར་ཆད་ཡིན་ལོ་བྱ། །ལར་སེམས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་རྟོགས་ཅིང་ན། །ཕྱི་གཉན་ས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན། །ཞེ་འདོད་གཅེས་འཛིན་  
བྲལ་བ་ན། །ནད་ནད་གདོན་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན། །ཡིན་མིན་རྩིས་གདབ་བྲལ་བ་  
ན། །གསང་བ་རྣམ་རྟོག་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན། །སྒྲིགས་རིས་སྟོང་དང་བྲལ་བ་ན། །འཁོར་  
བ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན། །དེ་ལྟར་ང་ཡི་ཆོས་ལུགས་ཐབ་གནད་འདི། །ཆོག་ཉུང་དོན་  
འདུས་ཉམས་ལེན་བདེ། །བྱ་སྐྱེད་བ་ལྡན་པའི་ལས་འཕྲོ་ཅན། །མ་བཟེད་ཡིད་ལ་འཛིག་  
པར་གྱིས། །ཀླན་མོང་ལ་འདུན་པ་དང་། །དམ་ཆོས་འདི་ལ་མོས་པ་ན། །བར་དོ་མི་མཐོང་



ཅ་བ་ཕྱང་པོ་མཆོད་སྤྱོད་གྱི་དོན་ལ་ད་ལྟ་ཅ་བ་དར་ཆོད་ཅིག་ཟངས་རིང་སོང་ཟེར་ནས་འོད་  
དུ་ཡལ་ནས་ཐལ་ལོ། །

དེ་ནས་ཐོད་སྲོན་གྱིས་བྱད་མེད་འདི་མ་ཅིག་གི་སྒྲུལ་པ་ཡིན་ནམ། ད་རུང་ལྷང་  
 མའི་མཆོད་སྲོན་བྱེད་པ་ལ་མ་ཤེས་པ་གཅིག་འདུག་པ་དེ་མ་ཅིག་ལ་ཁྱེད་འགྲོ་དགོས་སྐུམ་  
 བས། ཐོད་སྲོན་དཔོན་སློབ་ཀླམས་ཟངས་རིར་བྱོན་ཏེ། མ་ཅིག་གིས་པག་མོ་ལྷ་ལྷའི་དབང་  
 མཛད་པ་དང་ལྷད། ཐོད་སྲོན་གྱིས་མ་ཅིག་པག་མོ་གཙོ་འཁོར་ལྷ་ལ་དངོས་སུ་མཐོང་།  
 སྐས་མོ་རྒྱན་བཞིས་ཀྱང་མ་ཅིག་པག་མོར་མཐོང་བའི་ཕྱོགས་བཞིར་འོད་དཀར་པོ་སེར་པོ་  
 དཔར་པོ་ལྷང་ཁྱ་མེ་ལོང་ཅམ་བཞི་རྒྱང་གིས་གཡབ་པ་ལྟར་རབ་དྲུ་འབར་བའི་ནམ་པ་ཅན་  
 དྲུ་མཐོང་། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཉི་མ་ཅེ་ཤར་དུས་ལ། མ་ཅིག་གིས་ཐོད་སྲོན་བྱེད་དཔོན་སློབ་ཅི་ལ་  
 འོངས་གསུངས། ཐོད་སྲོན་ན་རེ། བྱད་མེད་ཁ་དོག་སྣ་ཆོགས་པ་ཞིག་གིས་ལུས་མཆོད་  
 སྲོན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཁྱ་བ་ལ་སོང་ཟེར་ཏེ་འོངས་སོ་ཁྱུས། མ་ཅིག་ན་རེ། དེ་སྣ་ཆོགས་  
 གཟུགས་ཞེས་པའི་ཞིང་སྤྱིང་གི་མཁའ་འགོ་མ་ཡིན། དེ་འདིར་སླེབས་ནས་ཐོད་སྲོན་འོངས་  
 ཟེར་བ་བྱུང་གསུངས། དེ་ནས་ཐོད་སྲོན་དང་སྐས་མོས་སྒར་མ་ཅིག་པག་མོར་མཐོང་ཚུལ་  
 ཀླམས་ཁྱུས་ཏེ། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། ང་ཕྱི་ལྟར་ན་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཆེན་ཡིན། །ནང་ལྟར་ན་  
 རྗེ་བཙུན་སློལ་མ་ཡིན། །གསང་བ་ལྟར་ན་དོ་རྗེ་པག་མོ། །འཁོར་གྱི་མཁའ་འགོ་བཞི་པོ་  
 ཡང་། །ཕྱི་ལྟར་ན་འབྲུང་བ་བཞི་རུ་གསལ། །ནང་ལྟར་ན་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགོ་  
 བཞི། །གསང་བ་ལྟར་ན་ཡི་གེ་ནམ་པ་བཞི། །སངས་རྒྱས་མཁའ་འགོ་ཏྲ་ཡིག་  
 དཀར། །རིན་ཆེན་མཁའ་འགོ་རི་ཡིག་སེར། །བརྒྱ་མཁའ་འགོ་ནི་ཡིག་དཔར། །ལས་གྱི་  
 མཁའ་འགོ་ས་ཡིག་ལྷང་། །ང་ཉིད་པོ་ཡིག་མཐོང་ག་སྟེ། །གཙོ་འཁོར་ལྷ་པོ་ཡི་གེ་ལྷ། །ས་  
 བོ་སངས་རྒྱས་མཁའ་འགོ་མ། །རྒྱ་ནི་རིན་ཆེན་མཁའ་འགོ་མ། །མེ་ནི་བརྒྱ་མཁའ་འགོ་  
 མ། །རྒྱང་ནི་ལས་གྱི་མཁའ་འགོ་མ། །ནམ་མཁའ་དག་པ་ང་ཉིད་དེ། །གཙོ་འཁོར་ལྷ་པོ་  
 འབྲུང་བ་ལྷ། །ང་ཉིད་གཙོ་འཁོར་ལྷ་པོ་ཡང་། །ཕྱི་ལྟར་ན་སྒྲུ་ལྷའི་རང་བཞིན་ལ། །ནང་ལྟར་

ན་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་ལྟ། །གསང་བ་སྣང་ན་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་ལྟ། །སངས་རྒྱས་མཁའ་འགྲོ་  
ཆོས་ཀྱི་སྐུ། །རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ། །དབྱེ་མཁའ་འགྲོ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐུ། །ལས་  
ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་སྐུ། །ར་ཉིད་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐུ། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

སངས་རྒྱལ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ལ། །རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་མཉམ་  
 ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །བརྒྱ་མཁའ་འགྲོ་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་དང་། །ལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་བྱ་བྱལ་ཡེ་  
 ཤེས་དང་། །ངཉིད་མེ་མོང་ཡེ་ཤེས་ཡིན། །དུག་ལྷ་དག་པ་ཡེ་ཤེས་ལ། །ལྷ་བསྐྱེལ་སྤྱོད་  
 འབྲས་དམ་ཆེག་ལ། །ངཉིད་པག་མོ་ལྷ་བ་སྟེ། །ང་སྐྱེལ་བ་རྩོམ་མཁའ་འགྲོ་ལ། །སྤྱོད་པ་  
 རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་ལ། །འབྲས་བྱ་བརྒྱ་མཁའ་འགྲོ་ལ། །དམ་ཆེག་ལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་  
 ལ། །ཐ་མལ་བྱད་མེད་ལ་བ་སྐྱོན་ང་། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་གཙོ་འཁོར་ལ། །རྣམ་ཤེས་ང་  
 ཉིད་པག་མོ་ལ། །གཟུགས་སྤང་སངས་རྒྱལ་མཁའ་འགྲོ་ལ། །ཆོར་བ་རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་  
 ལ། །འདུ་ཤེས་བརྒྱ་མཁའ་འགྲོ་ལ། །འདུ་བྱེད་ལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ལ། །བྱང་སེམས་བརྩད་  
 ལྷ་ངཉིད་ཡིན། །ཤ་རུས་སངས་རྒྱལ་མཁའ་འགྲོ་ལ། །འོད་ནི་རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་  
 ལ། །ཁྲག་ནི་བརྒྱ་མཁའ་འགྲོ་ལ། །དབྱུགས་ནི་ལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ཡིན། །དེ་ལྟར་ཐ་མལ་  
 ལ་བ་སྐྱོན་ང་། །སངས་རྒྱལ་ཡལ་ལྷ་ཡུམ་ལྷ་དང་། །དཔའ་པོ་དཔའ་མོ་མཁའ་འགྲོའི་  
 ཆོག་ལ། །བཞུགས་སམ་འདུས་པའི་པོ་བྱང་ནི། །ངཉིད་ཡིན་ལོ་སྐལ་ལྷན་བྱ། །རྟེན་བྱེད་ས་  
 ཡི་སྤང་པོ་ལ། །ཆི་བརྩད་འདོད་དགྲ་འབྱུང་བ་བཞིན། །ང་ཡི་སྤང་ཁམས་སྦྱི་མཆེད་  
 རྣམས། །ལྷ་དང་ལྷ་མོའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལོ་བྱ། །འི་ལྷན་བརྒྱ་ཆལ་རབ་རྒྱས་པ་ལ། །སྦྱ་  
 ལྷན་བྱང་བའི་ཆོག་ས་རྣམས་རང་བཞིན་འདུ། །དེ་བཞིན་ངཉིད་གང་དུ་གནས་པའི་  
 སང་། །དཔའ་པོ་མཁའ་འགྲོ་སྤྱིན་བཞིན་འདུ་བ་ཡིན་ལོ་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། མོད་སྤྱོན་ན་  
 དེ། ཞེ་མ་རྟོ། མ་དག་ངོ་པོར་ཐ་མལ་བྱད་མེད་ལ། །དག་སྤང་ངོ་པོར་རྩོམ་པག་མོ་  
 ཉིད། །སངས་རྒྱལ་རིགས་ལྷ་ཡུམ་ལྷ་དང་། །དཔའ་པོ་དཔའ་མོའི་མཁའ་འགྲོའི་



ཆོགས། །ཕྱེ་བ་དཔག་མེད་འཕྲོ་ཞིང་འདུ། །གང་འདུལ་ཐབས་མཁས་འཕྲིན་ལས་  
ཀྱིས། །གངས་མེད་འགྲོ་བ་འབྲེན་མཛད་མ། །གངས་ཅན་ཁོད་འདིར་སྤྲེགས་མའི་  
དུས། །བཀའ་བློན་ཆེ་བའི་ཡུམ་ཆེན་ལ། །བདག་སྒོ་གསུམ་གྲུས་བས་བྲལ་འཆལ་  
ལོ། །སྒོན་ལམ་ལས་དང་ཉེན་འབྲེལ་གྱིས། །བདག་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་སྤྲེལ་སྤྱུར། །ཐེག་ཆེན་  
ཆོས་ཀྱི་བསྟན་ལ་ཁྱུགས། །དམ་ཆོས་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་འདི། །མ་ཅིག་རི་ལྟར་  
གསུངས་བ་བཞིན། །སྤར་བེན་བྱས་བས་ཉམས་སྤྱུ་སྤངས། །རྟགས་དང་བོད་ཆོད་གཉིས་  
ཀ་ལ། །བརྟན་ཐོབ་བྱུང་བ་མ་ཡི་བློན། །ཡང་ཡང་བྱུང་བ་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས། །བློན་ལན་  
འཁོར་མཐའ་མེད་བའི་མ་ཅིག་གིས། །དགོངས་བ་བྲལས་ཀྱི་སྒོ་བྱེད་ནས། །གངས་བ་  
གསུང་གི་ཐབ་ཆོས་རྣམས། །ལུས་བ་མེད་བར་གནང་ལགས་ཀྱང། །ད་རུང་བཀའ་བློན་ཁྱེ་  
བ་ལགས། །ཞིང་སྒྱུར་མཁའ་འགོས་ལུང་བསྟན་བའི། །ལུས་མཆོད་སྤྱིན་རི་ལྟར་བྱེད་བའི་  
ཚུལ། །སྤྱི་བ་མེད་གསལ་པོར་གནང་བར་ཁྱེ། །བདག་དང་བདག་འདྲའི་འགྲོ་ཀྱན་  
ཀྱིས། །ཡིད་གྲུས་ཤིང་སྒོ་བརྟན་དང་བས་མཉན། །ཞེས་ཁྱུས་བས། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས།  
བྱ་དད་ལྟན་བཙོན་འགྲུས་ཤེས་རབ་ལྟན། །རིགས་སད་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་ལ་སྤྱོད་བའི་མཆོངས་  
མེད་ཆོས་ལ་ངོམས་བ་མེད་བའི་སྤྲེལ་བྱ་དམ་བ་ཉོན་དང་། །ལུས་མཆོད་སྤྱིན་བྱེད་བ་སྤར་  
ཡང་བཤད་བ་དེ་ཡིན་ཀྱང་། །ད་རུང་ལུས་མཆོད་སྤྱིན་བྱེད་བའི་རིམ་བ་དང་། །བྱེད་བར་  
དམིགས་བའི་རིམ་བ་དང་། །དེའི་བྱེད་ཚུལ་རྣམས་ཞིབ་བར་ངས་བཤད་དོ། །ཡིད་ལ་བྱུངས་  
དང་འདི་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་འཁོར་བ་སྤྱི་དང་བྱེད་བྲག་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལ་དགོ་དང་མི་དགོ་  
འབྱེད་བར་བྱེད་ཅིང་། །དལ་འཕྱོར་རྟེན་དཀའ་འཛིག་སྤྱེད་དང་། །དོན་ཡོད་དོན་མེད་ལ་སོགས་  
བ་རྒྱ་འབྲས་ལས་ཀྱི་རྣམ་གངས་ལེགས་བར་ཤེས་བ་དང་། །བྱེད་བར་དུ་ངའི་ཆོས་ལུགས་  
སྒོ་ལ་ཆུད་ཅིང་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒོ་སྤྱངས་ནས་ཐར་བ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གང་ཟག་། །རིག་བ་དང་  
ལྟན་བས། །རི་ཁོད་རྟག་ཏུ་བྱེད་བ་ལ། །ལུང་པོ་མཆོད་སྤྱིན་བྱེད་བ་གལ་ཆེ་སྟེ། །དེ་ལྟ་བུའི་

གང་ཟག་གི་ལུས་མཆོད་སྐྱོན་གྱི་རིམ་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ལ་དོན་བདུན་ཏེ་ཉི་ཤུ་ཙམ་  
བཞེས་ཀྱང་ཆང་བའོ། །

དེ་ཡང་ཐོག་མར་སེམས་བསྐྱེད་ནས་མཐོན་སྦྱང་པ་དང་གཅིག །སྐྱབས་ལུལ་  
བསྐྱོམ་ཞིང་ཆང་མེད་བཞི་ལ་སྒོ་སྤངས་ཤིང་ཆོགས་ཞིང་སྦྱན་པར་བྱེད་པ་དང་གཉིས། ཡན་  
ལག་བརྒྱད་པས་བྱག་འཆལ་ཞིང་མཆོད་པ་འབུལ་པ་དང་གསུམ། ལུས་སེམས་ལུལ་ཞིང་  
མཐུལ་འབུལ་པ་དང་བཞི། གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང་བྱིན་རྒྱལ་པལ་པ་དང་ལྔ། ལུས་མཆོད་  
པར་འབུལ་ཞིང་སྦྱོན་པ་གཏོང་བ་དང་དྲུག །བསྐྱོད་པ་སྦྱོན་ལམ་གྱིས་མཇུག་བསྟུ་བ་དང་  
བདུན་ཏེ། དེ་ཡང་དང་པོ་གཉན་སའི་བྱེ་བྲག་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་དམིགས་པ་གཞོན་  
པར་བྱོས་ལ། ལྷན་བདེ་བ་ལ་འཇུག་སྟེ། སེམས་བསྐྱེད་པའི་ལུལ་གྱི་གཙོ་བོ་བརྒྱད་དང་  
བཅས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སེམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་དགོས་པའི་གཙོ་བོ་  
བརྒྱད་ནི། བདག་ལ་སྤང་བའི་དགྲ། གཞོད་པའི་བགོགས། བར་ཆད་བྱེད་པའི་རྒྱུ། ལས་  
གཞོན། ལུས་གཞོན། གཉན་སའི་གཞོན་དང་དྲུག་ཙམ་བའི་པ་མ་གཉིས་དང་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ།  
སྤང་བའི་དགྲ་ཞེས་པ་ནི། བདག་མ་ལན་པ་ལ་རྟུང་དེག་འཕྲོག་བཅོམ་གཤེ་འབར་སྒོ་སྦྱར་  
ངན་པ་སྒྲ་ཆོགས་བདག་ལ་བྱེད་པའི་གཞུགས་ཅན་གྱི་མི་དང་། བདག་ལ་མཐོང་སྤང་དང་།  
མིག་ལམ་དུ་མི་འདྲ་བའི་ཆོ་འབྱུང་སྒྲ་ཆོགས་པ་བསྟན་ནས་བདག་འཛིགས་ཤིང་ཡང་ནས་  
བྱེད་ཅིང་དངངས་པ་དང་འདར་ཞིང་བ་སྦྱ་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་གཞུགས་མེད་ཀྱི་སྦྱ་འདྲེ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་སྤང་བར་བྱེད་པའི་དགྲ་ཟེར་རོ། །

བདག་གི་ལུས་སེམས་ལ་ནད་དང་གཞོན་གྱིས་ཉེན་པར་བྱས་ནས་བདག་སྦྱག་  
བསྐྱུལ་བར་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་བགོགས་ཟེར་  
བའོ། །བདག་གི་ལུས་སྒོག་ །ཁ་རྩེ། དབང་ཐང་། བསོད་ནམས་དང་། ཐར་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་  
བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཟེར་བ་ཡིན་  
ཏེ། བྱི་ཡི་གཞོད་བྱེད་གསུམ་ཡིན་ནོ། །ལས་གཞོན་ཞེས་པ་ནི། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་མ་རིག་

པའམ། ངའོ་སྒྲིམ་པའི་བདག་འཛིན་ནམ། མཉམ་པོར་འོང་བའི་བདུད་ཅེས་སམ། མིང་གང་  
ལྟར་བཏགས་ཀྱང་ཐར་པ་འཛོལ་ཏུ་མི་སྟེར་ཞིང་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྩ་  
བ། མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཐུག་གིན་ཏུ་རིག་དཀའ་བའི་འཕྱང་བྱེད་ཕྱགས་  
སུ་ཉལ་ནས། ཆེ་རབས་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ལས་ངན་པ་འབའ་ཞིག་ལ་སྦྱར་བར་  
བྱེད་མཁན་དེ་ལ་ལས་ཀྱི་གདོན་ཟེར་བ་ཡིན།

བདག་གི་བར་དོའི་ནམ་ཤེས་དེ་ཐ་ཞེས་པ་དེ་མའི་མངའ་དུ་ཞུགས་ནས། ལུས་  
འདི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྲུབ་པའི་དུས་ནས་ནམ་ཞིག་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་ཅིང་ཤ་དུས་  
ལྷགས་པ་ནམས་སོ་སོར་མ་བྱེ་བའི་བར་དུ་ཤ་ཁྲག་ལས་གྲུབ་པའི་གདོས་བཅས་འདིའི་  
བདག་པོ་ང་ཡིན་ཟེར་བའི་མི་མ་ཡིན་གཏུག་པ་ཅན་ཞིག་ཡོད་དོ། །དེས་ལས་གདོན་གྱི་སྒྲ་  
ཁྲིད་ནས་བདག་ལས་ངན་པ་ལ་སྦྱར་བར་བྱེད་པ་དེ་ལ་ནི་ལུས་གདོན་ཟེར་རོ། །བདག་གང་  
དུ་འདུག་པའི་གཉན་པོ་དེ་ལ་གཉན་སའི་གདོན་ཟེར་ཏེ། ཉང་གི་གདོན་བྱེད་གསུམ་ཟེར་བ་  
དང་། །ཕྱི་ནང་གི་གདོན་དུག་གོ། །དེ་ལྟར་གདོན་དུག་དང་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་པ་མར་མ་གྱུར་པ་མེད་ཅིང་། པ་མ་ཡིན་ཨང་སྒྲིམ་ནས་པ་མར་བསྐྱོམ་  
དགོས་སོ། །

ཁྱད་པར་དུ་ད་ལྟའི་ལུས་འདི་བསྐྱེད་པའི་པ་མ་གཉིས་ལ་རྩ་བའི་པ་མ་ཟེར་ཏེ་  
གཅེས་པར་བརྒྱུད་ནས། གདོན་དུག་དང་པ་མ་གཉིས་དང་བརྒྱུད་ཀྱིས་གཙོ་པོ་བྱས་པའི་  
ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་སྦྱིའི་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་  
ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། རྩེ་བྲག་ཏུ་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྲ་མོ་  
གང་དང་གང་གིས་གཏུང་བ་ལ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱལ་མཐའ་དག་ལས་གྲོལ་ནས་སྒྲ་ན་མེད་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་དགོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བདག་གིས་སངས་རྒྱས་འཛོལ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་  
དུ་བདག་གིས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་གཙོད་ཡུལ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱེད་ཅིང་ཕྱང་པོ་མཆོད་  
སྒྲིན་གྱི་རིམ་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ་སྒྲིམ་ནས། རང་དོན་གྱི་དེ་མ་སྦྱའི་རྩེ་མོ་ཙམ་ཡང་མེད་

པའི་སྒོ་ནས་གཞན་པན་གྱི་སྒོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གྲུང་དེ་བ་གཅིག་མ་སྒྲིམ་གྱི་བར་དུ་སྒོ་  
སྒྲིང་ཞིང་ཡང་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་བར་བྱའོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་དེ་མ་སྒྲིམ་གྱི་བར་དུ་ཡང་ཡང་སྒོམ་བར་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་  
ངེས་པ་ཅན་དུ་གྲུང་དེ་བ་སྐྱེད་པ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་དེའི་ཅི་མ་ཡལ་བའི་རང་ལ་སྒྲིང་ཞིང་  
སྤིང་ཆོད་གྱི་འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་བདག་གི་མདུན་དུ་བསྟུས་ནས། འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྟུལ་  
ལས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། ལྟ་ཡང་དག་པའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་  
བར་བྱའོ་སྟུམ་སྟེ། དེ་ཡང་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དེ་ཡང་དག་དོན་གྱི་  
སྐྱབས་གནས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་ཡང་དག་དོན་གྱི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་སོང་ན། འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྟུལ་ལས་ངེས་པར་སྐྱོབ་པར་རུས་ལ། གཞན་  
འདིག་རྟེན་པའི་ལྷ་རྩུ་འབྱུལ་རུས་པ་མཐུ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་དག་ཡོད་ཀྱང་། ལྷ་དེ་རྣམས་  
ཁོང་རང་ཡང་འཁོར་བ་ལས་མ་གྲོལ་བའི་སེམས་ཅན་ཡིན་པས་ན། འདིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་མི་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་དེ་དག་གིས་གཞན་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་  
སྐྱོབ་པར་མི་རུས་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཀྱང་། ལྷ་ཁོང་རང་ཡང་འཁོར་བ་ལས་  
སྐྱོལ་བར་བྱེད་པའི་དེད་དཔོན་བདག་གིས་བྱེད་དགོས་པས་ན། འདིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལ་རེ་  
ལྟོས་མི་བྱེད་དོ། །

དེ་བས་ན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནི་མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་སྐྱབས་  
གནས་ཡིན་པས། དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་བྱེད་ཅིང་། སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཆེད་དུ་འབྱུང་  
པོ་མི་མ་ཡིན་ན་གདུག་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གི་མདུན་དུ་བསྟུས་ནས།  
ལྟ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་བྱའོ་སྟུམ་ནས། ཐོག་མར་ཕུལ་པའི་  
གསུམ་བཞི་ཅིང་། ཀར་སྤིང་ཡན་ལག་གསུམ་བུས་ཏེ་ལྷ་འདི་བསྟུ་བར་བྱའོ། །དེའང་རྒྱང་  
སྤིང་མ་ཉམས་པའི་སྤྱ་སྟན་ལ་གྲིམ་པའི་སྐྱད་རང་དང་བཅས་པ་ལན་གསུམ་འབྱུང་  
དོ། །རྒྱང་མ་ཉམས་པ་ནི་མགོ་མཐུག་གི་ཆོགས་སུ་མགོ་གཉིས་དང་བཅས་ཏེ། མདོག་

དཀར་པོ་རབ། ལྷག་པོ་འཕྱིར། ཁ་པོ་ཐ་མ། ཐམ་ལྷ་པ་ལོགས་པ་པམ་པ་ལྷོན་ཏུ་འཕྱར་  
བས་མི་ཏུ་རོ། །

དཔྱིབས་ནི་མུང་ཟད་གྲུག་པ་དང་རུས་པའི་གདོང་གིང་གིང་པོ་ནང་ངོས་སུ་ཁྱེང་  
ལེས་གྲུག་པ་དཔོས་ལ། གཡས་གཡོན་དུ་འཁྱོག་པ་དང་། དུམ་བུར་འཁྱོག་པ་དང་། རུམ་  
པོར་ཉག་པ་དང་། གས་པ་དང་སངས་པ་དང་། འབྲུག་ལ་སེལ་མང་བ་དང་། ཤེན་དུ་གྲུག་  
པའི་སྒྱར་སྒྱར་པོ་དང་། མ་གྲུག་པའི་ཤད་ཤད་པོ་དང་། ཏ་ཅང་ཡང་སྒྲེལ་པ་དང་། སྐད་  
གིས་པའི་སྐད་རར་མེད་ཅིང་སྐད་འདོར་འདོར་པོ་དང་། ཀང་མགོའི་སྒྲ་པོར་མུང་ཞིང་ལེས་  
ལེས་པོ་དང་། ཀང་གི་དཀྲུས་སུ་གཤོང་མོ་མང་པོ་དོད་པ་དང་། བག་དོས་དང་། ལྷུ་པ་ལོང་  
ལོང་པོ་དང་། ལྷར་མང་བ་དང་། ལེབ་ལེབ་པོ་དང་། ལར་ཡང་མིག་ལམ་དུ་མི་སྒྲུག་ཅིང་  
ཡིད་དུ་མི་ལོང་བ་དེ་རྣམས་འཆང་དུ་མི་བཏུབ་པོ། །

ལོ་བཅུ་དྲུག་ལོན་པ་ཡན་དང་། དྲུག་ཅུ་ལོན་པ་མན་དང་། རང་གཤེད་རང་ལ་  
བབས་པ་དང་། དམེ་དང་། སྤྱ་གེ་དང་། ཉལ་མ་དང་། རབས་ཆད་དང་། བཤན་པ་དང་།  
ལྷོགས་ཤི་དང་། དེ་བཞིན་གྱི་མཆོན་ངན་གྱི་རྒྱུ་འཕྲུལ་དུ་མི་རུང་། རྒྱུ་མགོ་མེད་པ་དང་།  
གས་པ་ཅན་དང་། མཛེ་བེའི་རྒྱུ་དང་། ལྷགས་དང་། ཟངས་དང་། ཤིང་དང་། རྩ་ཅོ་དང་།  
དེ་རྣམས་ནི་རྒྱུ་ལ་སྒྲུབ་ཅིང་འབྲུད་དུ་མི་རུང་པོ་། །རྒྱུ་ཉམས་པ་ཡིན་པས་འཆང་བར་མི་  
བྱ། རྒྱུད་པར་དུ་གཡག་གནག་གི་རྩ་ནི་མནན་པ་བྱེད་པའི་སྒྲོད་ཡིན་ཅིང་། རྩས་ངན་མ་  
རུང་བ་ཡིན་པས་དེ་རྒྱུ་ལ་སྒྲུད་ནས་བྱས་ན་ཐོས་པ་པོ་གང་ཡིན་པ་དེས་སྒྲུ་ལོག་པ་ཅན་དུ་  
ཐོས་ནས་ཡིད་མི་བདེ་ཞིང་གཞོད་པའི་སེམས་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་དང་། ལར་ཡང་སྒྲུ་དེ་གང་དུ་  
སྒྲོགས་པའི་ཡུལ་སྒྲོགས་སྤྱི་མི་དགེ་བ་སྤྱོད་ཆོགས་འབྲུང་བས་རྩ་ནག་སྒྲུད་པའི་རྒྱུ་དེ་ནི་  
གཏན་ནས་འཆང་བར་མི་བྱའོ། །མི་རྒྱུ་གི་སྤིང་བྱ་འབྲུད་པའི་རྩས་ཡིན་ཀྱང་འཆང་དུ་མི་  
རུང་བའི་རྒྱུ་དེ་རྣམས་ནི་པར་ལ་འགོག་པའི་རྩས་དང་ཉེས་པ་སྤྱོད་ཆོགས་པ་སྐྱེད་པའི་རྩས་  
མཆོན་ངན་ཡིན་པ་ཤེས་པར་ཤྲོས་ལ་བརྟག་པ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །

འཆང་དུ་རུང་བ་ནི་སྒྲིག་དེ་རྣམས་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་དགོས་ཏེ། དེ་  
ཡང་སྒྲིག་བྱ་ཞེ་སྒྲིག་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པས་པ་རོལ་པོ་ལ་བརྒྱུ་བ་པའི་ངར་དེ་ཞི་མ་ཁོམ་  
ཞིང་པ་རོལ་ལ་བརྒྱུ་བ་པའི་སྒྲིག་དེ་རྣམས་པ་གཞན་སྒྲིག་པ་ཁོམ་པར་མཆོན་གྱིས་བྲལ་ཏེ་  
གསལ་པ་དང་། བྱད་མེད་མཆོན་ལྡན་དང་། བཅུན་པ་དམ་ཆོག་མ་ཉམས་པ་དང་། སྒྲིག་པོ་  
རབ་ཏུ་དང་པ་དང་ལྡན་པ་སྤྲིག་ལས་བྱོལ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་  
སོགས་དང་། དེ་རྣམས་ལོ་བཅུ་དྲུག་ལོན་ནས་དྲུག་ཅུ་མ་བཟུལ་པའི་བར་དང་། བྱད་པར་  
དར་ལ་བབ་པའི་དུས་སྤྱོད་མ་ཉམས་པར་ཤི་བའི་རྒྱུ་པ་གཡས་པ་ནི་དཔལ་པོའི་འབོད་  
རྣམས་དང་། གཡོན་པ་ནི་དཔལ་པོའི་འབོད་རྣམས་ཡིན་ཏེ་འོག་ཏུ་མ་སོང་བ་གཡེལ་ཆེའོ། །

སྒྲིག་པ་མཁྲིགས་ཤིང་དྲངས་པའི་ཆོགས་མགོ་དང་པོའི་སེར་བ་རིལ་པོ་དང་།  
འོག་གི་འབྲུར་ཆུང་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་གཙོད་དེ། ཆོགས་ཆུང་མ་ཉམས་པར་སྒྲུང་པོ་ཆེའི་སྒྲིག་  
བྱུག་ལྟར་བྱའོ། །ཆོགས་མགོ་འོག་མའི་དུས་འབྲུར་གཉིས་ཀྱི་གཞོེད་དུ་ཐེབ་ཆེན་ལྡན་པའི་  
མལ་ཅན་བྱས་ལ་ཆོགས་མགོ་མ་ཉམས་པར་བྱས་ནས་བར་དུ་འབྲེལ་ཏེ་སེང་གའི་སྒྲིག་སོར་  
ལྟར་བྱེད་དོ། །འོག་པོར་རྒྱུ་གི་སྒྲུར་མ་འབྲེལ་བ་བྱེད་དོ། །དཔལ་པོའི་འབོད་རྣམས་ནི་བྱད་པར་  
དུ་མཆོན་གྱིས་བསལ་པའི་སྒྲིག་དར་མའི་རྒྱུ་ཡིན། མཁའ་འགྲོའི་འབོད་རྣམས་ནི་བྱད་མེད་  
མཆོན་ལྡན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན། མི་པལ་པའི་འབོད་རྣམས་ནི། འཆང་དུ་རུང་བ་གང་ཡང་ཡིན་པས།  
དེ་ལྟར་འཆང་དུ་རུང་བའི་རྒྱུ་གིས་སྒྲིག་དང་པོ་གཞོེད་པ་ལ། དམིགས་པའི་གོ་ཚུལ་འདི་ལྟར་  
གཞོེད་། གྱེ་ཐམས་ཅད་ཉོན་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲིག་པ་གིས་ཅིང་སྒྲིག་པ་དེ་ཁམས་གསུམ་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སང་དེ་ཐོས་པས། ཐམས་ཅད་སོ་སོའི་ལས་སྒྲོལ་ལ་མི་ཁོམ་  
པ་ཅི་ཡོད་ཀྱང་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་བཅད་དེ། ཐམས་ཅད་གྲོང་དེ་ཉན་ནས་འདིར་འོང་བའི་སྒྲིག་  
བྱུག་གིས་སྒྲིག་པར་བསམ། དུང་གཉིས་པ་ནི། གྱེ་ཐམས་ཅད་འདིར་འདུས་ཤིག །ཅེས་  
པའི་སྒྲུར་ཐོས་པར་བསམ་ལ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཟིང་སྒྲེ་རང་རང་སྒྲིགས་ནས་བྱང་སྒྲིགས་  
ནས་བྱང་བར་བསམ། དུང་གསུམ་པ་ནི། ཐམས་ཅད་ལྟར་གྱིས་འདུས་ནས་བདག་གི་

མདུན་དུ་ཤིང་ཆེན་པོ་ལ་མི་ཐམས་ཅད་འདུས་པ་བཞིན་དུ་འདུས་ནས། ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དད་ཅིང་འདུད་པར་བྱེད་ཅིང་གྲུས་པ་ལུལ་བར་བསམས་ནས་མཇུག་གསུམ་གདབ་པ་ལ་ཡང་དམིགས་པ་དུང་དང་མཚུངས་ལ། དེ་ལྟར་བསྐྱུས་པའི་མགོན་རྣམས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱབས་ལུལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་བསྐྱེད་ཅིང་དམིགས་ལུལ་གོང་ལྟར་གསལ་གདབ་པར་བྱ་སྟེ་དང་པོ་ལོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་ཡང་ཕྱི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། ནང་གི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། གསང་བ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། ཉེ་བའི་དཀོན་མཆོག་དང་ལྔ་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་དབྱལ་བའི་ཐད་དུ་པར་ལ་ཁྱུ་གང་ཅམ་གྱིས་མཐོ་བའི་སར། རང་བཞིན་ལྷན་གྲུབ་གྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་གྲུ་བཞི་སྟོ་བཞི་རྒྱན་ཏེ་བབས་དང་བཅས་པའི་དབྱུས་སུ་སང་གི་བརྒྱད་གྱིས་བཏེགས་པའི་རིན་པོ་ཆའི་ཁྲི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྟེང་དུ་སྒྲ་ཆོགས་བརྒྱ་འདབ་མ་བཞི་བ་སྐྱུ་ཁྱུ་དང་བཅས་པའི་ལྟེ་བར་རྒྱ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ཉ་གང་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱུ་མདོག་རྣམས་རང་རང་ནས་བཤད་པ་བཞིན་བསྟོམ་པའི་རྒྱ་གདན་གྱི་སྐྱུ་ཁྱུ་དང་ལ་ཕྱོགས་སྟེང་དུ། ལུམ་ཆེན་མོ། དེའི་དབྱུ་སྟེང་དུ་ཤུ་ཐུབ་པ། དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་སོ་སོའི་ཞལ་བྲག་སྐྱུ་མདོག་རྣམས་རང་རང་ནས་བཤད་པ་བཞིན་བསྟོམ་པའི་རྒྱ་གདན་གྱི་སྐྱུ་ཁྱུ་དང་ལ་ཕྱོགས་བཅུ་འེ་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། ཐུབ་པའི་དབྱུའི་སྟེང་གི་ཕྱོགས་བཞིར་ཡི་དམ་རྒྱུད་སྟེ་བཞིའི་སྒྲ་ཆོགས་རྣམས་བཞུགས་པར་བསམ་པ་ནི། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག །མདུན་གྱི་བད་མ་ལ་ང་ཉིད་མཁའ་འགོ་མཐིང་ག་ལ་རིགས་བཞིའི་མཁའ་འགོས་བསྟོར་བ་དང་། གཡས་གྱི་བརྒྱ་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཉེ་བའི་སྤྲི་བརྒྱད་དང་། གཞན་ཡང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་འདུན་དར་དང་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་པ་རྣམས་བཞུགས་པ། གཡོན་གྱི་བརྒྱ་ལ་ཤུ་རིའི་བྱ་དང་མོ་འུ་འགལ་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་ཉན་ཐོས་གྱི་དགེ་འདུན་དབྱེ་བཞུགས་ཞབས་རྩེན་ཆོས་གོས་གསུམ་དང་ལྔ་ན་པ། འཁར་གསེལ་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས་པ། དེ་

ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡུམ་ལ་འདུད་པའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲེང་དུ་བཀའ་  
བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་པད་སྤྲངས་ལྟར་བཞུགས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་དགེ་འདུན་དགོན་  
མཆོག་རྒྱལ་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བཀའ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་ཡི་གེའི་ཆོགས་རྣམས་དང་།  
པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་དོན་སྒྲགས་དང་བཅས་པ་ལྟན་ཅིག་དུ་བྲིལ་བའི་སྤྲོད་པོ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
གཙོད་བདུད་བཞི་ལམ་སྤྲོད་ཀྱི་མན་ངག་གི་ཡི་གེའི་ཆོགས་དང་། གཞན་ཡང་བཀའ་ཡང་  
དག་པའི་ཡི་གེའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲེགས་བམ་གྱི་རྣམ་པར་ཁྱིམ་སེལ་ཡོད་  
པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡི་གེའི་སྤྲ་རང་གྲགས་སུ་ཕྱར་ཕྱར་གྲགས་པ་ཆོས་དགོན་  
མཆོག་པར་སྤྲེལ་སྤྲེལ་གྲགས་སུ་པོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སྤྲོད་། གཡོན་དུ་མོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སྤྲོད་།  
དཔའ་པོ་རྒྱ་མཚོ། དཔའ་མོ་རྒྱ་མཚོ། དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོ་དང་བཅས་པས་བསྐྱར་ནས་  
བཞུགས་པ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་བྱིའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཟེར་བ་ཐེག་པ་གསུམ་གའི་  
ཕྱགས་སོ། །

རང་སེམས་ལྟར་བསྐྱོམ་པའི་ཡིད་དང་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྲལ་བ་དེ་སངས་རྒྱུས་  
དགོན་མཆོག་། དག་ཡི་དམ་ལྟའི་སྤྲོད་པོ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དང་། རྒྱུད་འཇུག་གནས་གཏོང་  
བ་གསུམ་སྤྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་ཡི་གེ་གསུམ་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱུད་  
རྒྱུད་འཇུག་པ་ཞི་གྱི་རྣམ་པར་འཇུག་ལ། རྒྱུད་གནས་པ་ཨའི་རྣམ་པར་གནས། རྒྱུད་བྱིར་  
གཏོང་བ་རྩྭ་གི་རྣམ་པར་གཏོང་བ་དེ་ལ་རྒྱན་དུ་སྤྲོད་ཞིང་དག་བཞས་ཀྱང་རྒྱན་དུ་བཞས་པ་  
དེ་ལ་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཕྱས་སྤྲེལ་པའི་དགེ་སྤྲོད་དུ་ངེས་པར་གནས་པ་དེ་དགེ་འདུན་  
དགོན་མཆོག་སྟེ། ཉན་གི་དགོན་མཆོག་གསུམ་མོ། ཉོན་མོངས་པ་དུག་ལྡ་ལ་སོགས་པའི་  
ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་རང་སར་བསྐྱངས་ནས་ཡེ་ཤེས་སུ་འཆར་ནས་འོང་བ་དེ་སངས་  
རྒྱུས་དགོན་མཆོག་། ཉོན་མོངས་པ་ཡེ་ཤེས་སུ་ཤར་བའི་བདེ་བ་དེ་རང་གིས་སྤངས་ནས་  
དག་རྩི་རྩི་སྤྲེལ་པ་དེ་ཆོས་དགོན་མཆོག་། དེའི་དགེ་བ་དུས་རྒྱན་དུ་གནས་ཤིང་  
གཞན་ལ་མན་པ་དེ་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་སྟེ། གསང་བའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཟེར།



དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བལ་བའི་སེམས་ཉིད་དེ་རྒྱན་གང་གིས་ཀྱང་  
གཡོ་བར་མི་བྱས་པར་བརྟན་པ་དེ་གསལ་ལ་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་ངར་དང་ལྡན་པ་དེ་སངས་  
རྒྱས་དཀོན་མཆོག་། གསལ་བའི་ངར་དང་ལྡན་པ་དེ་ལ་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་རབ་རྟུ་འབྱེད་པ་དེ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་། དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་རབ་རྟུ་  
འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་རིག་པ་བསལ་ནས། རིག་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་ཁྲིད་པ་དེ་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་  
དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཡིན་ནོ། །རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲ་མར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བྱས་ནས་  
སྒྲ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་སུ་འཛིན་པའི་སྒྲ་མ་དེ་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་། སྒྲ་མ་དེའི་ཞལ་  
ནས་གསུངས་པའི་དམ་ཆོས་དེ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་། ཆོས་ཀྱི་གྲོགས་པོ་སྣང་བ་མཛད་སྟེད་  
མཐུན་པ་དེ་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་སྟེ། ཉེ་བའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་རང་ཉིད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་གང་ལ་སྒྲོ་བཀྱང་རུང་ལ། འཁོར་དུ་  
བསྐྱས་པ་གཞན་ནམས་ནི་ཕྱིའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་ལ་ངེས་པར་སྐྱབས་སུ་འགོ་དཔོན་  
པ་དང་། བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་ཕྱིའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་  
བྱའོ། །དེའང་གཞོད་བྱེད་བྱུག་དང་པ་མ་གཉིས་དང་བརྒྱད་ཀྱིས་གཙོ་བྱས་པ་དང་། འཁོར་  
དུ་བསྐྱས་པ་དང་། ཁམས་གསུམ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ལ་  
འཛིགས་ནས། ལྟ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་བྱའོ་སྟེ་སྟེ་ཕྱི་  
གཅིག་པ་བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིམ་པར་བསམས་ནས། སེམས་ཅེ་གཅིག་  
པའི་སྒྲོ་ནས་འདི་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་མ་  
སྟོངས་བར་དུ་ལྟ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་བྱེད་རང་མིན་པ་རེ་ས་སྐྱབས་གནས་མེད་པས་  
བྱེད་རང་མཐུན་ནོ། །

བདེ་རུང་སྐྱག་རུང་། མཐོར་གཏོང་རུང་། དམར་གཏོང་རུང་། རྒྱན་དང་བར་ཆད།  
གཞོད་བྱེད་གཞོན་བགེགས་གཞོད་གང་བྱུང་ཡང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་བྱེད་རང་

མཁུན་ལོ་བསམས་ནས། ཨ་རུས་པའི་གཏིང་། ཁོག་པའི་སྤྲང་གི་དཀྱིལ། ཀླང་ལྷ་བའི་  
སྒྲུབས་ནས། ཡིད་སློབ་དང་བཅས་པའི་སློབ་ནས། འཁོར་དུ་བསྐྱས་པའི་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཀྱང་། བདག་གིས་གསོལ་བ་རྩིས་པ་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་རི་རི་གསོལ་བ་  
གདབ་པར་བསམས་ནས། གཞོད་བྱེད་དུག་དང་པ་མས་གཙོ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅན་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ། ལྷ་མ་ལ་སྒྲུབས་སུ་  
མཆིའོ། །སངས་རྒྱས་ལ་སྒྲུབས་སུ་མཆིའོ། །ཆོས་ལ་སྒྲུབས་སུ་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་ལ་  
སྒྲུབས་སུ་མཆིའོ། །ཡི་དམ་ལྷ་ཆོགས་ལ་སྒྲུབས་སུ་མཆིའོ། །མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྤྱོད་སྤང་མ་  
རྣམས་ལ་སྒྲུབས་སུ་མཆིའོ། །བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་བ་  
བརྒྱ་ཅ་གཅིག་གས། ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་བྱོས་ལ། པཌེ་གྱི་སྒྲིམ་གསོལ་འདེབས་ཞོག་ཅིག་ཅས་  
བ་གསོལ་འདེབས་བཞག་གོ།

དེ་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཞལ་ནས་རིགས་གྱི་བྱ་བྱེད་རང་རྣམས་སྤྱིག་པ་  
མི་དགེ་བའི་ལས་སྒྲོངས་ལ་དད་གྲུས་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་གྱིས་དང་། སྒྲུབས་མགོན་དང་  
དབྱང་གཉིས་རེད་ཀྱིས་བྱེད་པ་ཡིན་གསུངས་པར་བསམ། དེ་ནས་སྒྲུག་སྒྲུང་སྒྲུགས་ལས་  
འོད་ཟེར་སྣ་ཆོགས་བྱང་ནས་བདག་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་ཕོག་བས།  
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སློབ་ནས་བསགས་པའི་སྤྱིག་སྤྱིབ་ཐམས་ཅད་དག་ལུས་ཤེལ་སྒྲོང་  
བཞིན་དུ་དྲངས་སངས་ཀྱིས་དག་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྒྲུབས་འོག་དུ་ཚུད་ཨང་  
སྟམ་བ་བྱ། དེའི་ངང་ལ་སྒྲུབས་ལུལ་གྱི་དགོན་མཆོག་གསུམ། སྒྲུབས་སུ་འགྲོ་མཁན་གྱིས་  
བདག་དང་དེར་འདུས་པའི་ལྷ་འདྲེ་དང་། སྒྲུབས་འགྲུའི་རོ་བོ་གསུམ་མི་དམིགས་པ་སྟོང་བ་  
ཉིད་ཀྱི་ངང་ལ་ལྷན་ནེ་བཞག་པ་དེ་ལ། བསྐྱལ་བྱ་དང་སྟོབ་བྱེད་གཉིས་ཀ་དོན་དམ་པར་  
འབྱུབ་པ་མེད་པར་སྟོ་ཐག་ཆོད་པ། ཡང་དག་དོན་གྱི་སྒྲུབས་འགྲོ་ཟེར་ཏེ། སྒྲུབས་སུ་འགྲོ་  
བའི་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་ནི། ཡང་དག་དོན་གྱི་སྒྲུབས་འགྲོ་དང་། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་རྣམ་དག་  
ཡིན་པས། སྒྲུབས་སུ་འགྲོ་བའི་མཆོན་ཉིད་ནི་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ནས་ཆད་མེད་པ་བཞི་ནི། བྱམས་པ་ཆད་མེད་དང་། སྙིང་རྩེ་ཆད་མེད་དང་།  
དགའ་བ་ཆད་མེད་དང་། བཏང་སྟོམས་ཆད་མེད་དང་བཞི་སྟེ། དང་པོ་བྱམས་པ་ནི། རང་ལ་  
གཞོད་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གི་པ་མར་མ་གྱུར་པ་ནི་གཅིག་  
ཀྱང་མེད། དེའང་ལན་གངས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ལ་མ་ཤ་སྟག་ཏུ་བྱས་ནས་ལུས་  
ལོངས་སྟོང་ཐམས་ཅད་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་བསྐྱེད་པ་དང་། སྟོན་སྟག་གཏམ་ངན་ལ་  
སོགས་པ་རྒྱུན་པར་གང་ལ་ཡང་ལྟོས་པ་མེད་པར་དགའ་སྟོན་ཏུ་མས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གི་མ་ཡིན་ཅོ་སྟམ་ནས་མ་དེ་རྣམས་སྟག་བསྐྱེད་པར་མཐོང་ནས།  
མ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟག་བསྐྱེད་དེ་བདག་གིས་བསམ་ཅིང་མ་དེ་རྣམས་ལ་ཕན་གདགས་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། བདག་གི་ལུས་ལོངས་སྟོང་དགེ་བའི་རྩ་བ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མ་དེ་  
རྣམས་ཀྱི་དོན་ཏུ་བཏང་ནས་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱས་  
ནས། མ་ཁྱེད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དགེ་བ་མཐའ་དག་དང་ལྷན་  
པར་བྱ་སྟམ་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་དེས་པ་ཞིག་བྱེད་པ་ལ་ནི། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་  
པའི་བྱམས་པ་ཟེར་ལ། དེ་ཡང་དོན་དམ་པའི་ངོ་བོར་གང་ཡང་གྲུབ་པ་མེད་ཀྱང་། ཀྱུན་རྫོབ་  
ཙམ་དུ་མ་ཁྱེད་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་འཕྲོག་པར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་བདག་ལ་བློ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་མ་འདི་རྣམས་ལ་ཕན་དེས་པར་གདགས་པར་བྱ།

དེ་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་སྐྱའི་རྩེ་མོ་ཙམ་ཡང་མེད་པ་རྩི་ལམ་  
སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་ནས། འབྲུལ་སྤང་ལ་བདེན་པར་བཟུང་ནས་ལས་མི་དགེ་བ་  
འགའ་ཞིག་བྱས་པའི་འབྲས་བྱས་སྟག་བསྐྱེད་བཟོད་སྒྲུགས་མེད་པ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་མི་  
འདི་རྣམས། བདག་འདྲིན་མ་རིག་པ་དང་བྲལ་ནས་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྟན་ནས་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་དགོད་པར་བྱའོ་སྟམ་པ་ནི་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་བྱམས་པ་ཟེར། དེ་ལྟར་  
བྱམས་པ་བསྟོམ་པའི་ལུལ་མ་ཁྱེད་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་། བྱམས་པ་སྟོམ་མཁན་གྱི་  
བདག་དང་། བོས་སྟོང་ལ། བོ་ལྟང་དེ་བ། བྱམས་པ་རང་གི་ངོ་བོ་དང་གསུམ་རང་ངོས་ནས་

མ་གྲུབ་པར་རང་རང་གི་ངོ་སྤྲོད་པའི་གཏིང་མ་འགགས་བྱམས་པའི་སེམས་བྱུང་རེ་བ་པན་  
སེམས་ཀྱི་ངོ་དེ་ཡང་སྤྲོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ནས་གཉིས་འཛིན་མེད་པའི་ནམ་  
མཁའི་དགྲིལ་ལྟར་གནས་པ་ལ་རང་རིག་པའི་རྒྱན་དང་ལྗན་བ་དེ་ལ་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ཟེར།  
དམིགས་པ་མེད་པའི་བྱམས་པ་ཡང་ཟེར། དེ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱོམས་ནས་རང་གི་སློང་དང་  
འབྲས་པར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལ་བྱམས་པ་ཆོད་མེད་པ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་བདག་ལ་ཁྱིམ་ཆེ་པའི་མ་འདི་རྣམས་མི་བདེ་ཞིང་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱིས་གདུང་  
སྟེ། སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ལ་གནས་ཤིང་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་སྤྱོད་སྤྲུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་  
པའི་ཐབས་ལ་མི་མཁས་ཤིང་སྤྲུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་པའི་རྒྱན་དང་མི་ལྗན་པས། ལྷ་མ་མཆོན་  
ཉིད་དང་ལྗན་བ་ལ་མི་བརྟེན་པར་ཁོང་བ་སྣ་ཁྲིད་དང་བྲལ་བ་ལྟ་བུའི་མི་འདི་རྣམས་རང་གི་  
ཤེས་པ་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པས། ཉོན་མོངས་པ་བྲག་པོའི་དབང་གིས་སྤྱོན་བ་ལྟ་བུར་  
འདུག་པས། མི་དགེ་བ་སྣ་ཆོགས་སྤྱད་པའི་འབྲས་བུ་འཁོར་བ་སྤྱི་དང་། བྱུང་པར་རན་  
སོང་གསུམ་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ལ་བཟོད་སྤྲུགས་མེད་པས་ཉམ་ཐག་ཅིང་དེ་ལ་རེ་ས་སྤྲུབས་  
གནས་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད་ཅིང་། སྤྲུག་བསྐྱལ་ལ་སྤྲད་ཅིག་གི་གོ་སྤྲུབས་ཅམ་ཡང་མེད་  
པས་རྒྱ་བོའི་རྒྱན་བཞེན་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པའི་མ་འདི་རྣམས་སྟོང་རེ་རྗེ། སྟོང་རེ་རྗེ། སྟོང་རེ་  
རྗེ། སྟོམ་ནས་མཆི་མ་འབྲུག་པ་ཅམ་དུ་བསྐྱོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྤྲུག་བསྐྱལ་དང་ལྗན་  
པའི་མ་འདི་རྣམས་ཀྱན་འབྱུང་དང་སྤྲུག་བསྐྱལ་རྒྱན་དུ་མཐོང་ནས་བདག་མེད་པ་ལ་བདག་  
དུ་བཟུང་། ང་མེད་པ་ལ་ངར་བཟུང་། མི་ཉག་པ་ལ་ཉག་པར་བཟུང་། སྤྲུག་བསྐྱལ་ལ་བདེ་  
བར་བཟུང་ནས་ཆེ་འདྲིའི་འདྲིད་ཡོན་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་མི་ལམ་ཅམ་ཞིག་ལ་ཆགས་ཤིང་  
ཞེན་ནས། སྤྲར་རན་འགྲུའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་མ་འདི་རྣམས་སྟོང་རེ་རྗེ། སྟོང་རེ་རྗེ། སྟོང་  
རེ་རྗེ། འདི་རྣམས་སྤྲུག་བསྐྱལ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བར་བྱའོ་སྟོམ་པ་ནི། སེམས་ཅན་ལ་  
དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཡིན་ནོ། །

སྤྱག་བསྐུལ་དང་མ་བྲལ་བའི་མ་འདི་ནམས་ཀྱི་སྒོ་ངོ་ལ་གཅེས་འཛིན་དམ་པོ་ཡོད་  
པས་མི་རྟག་པ་ནི་སྐད་ཅིག་ཀྱང་སྒོ་ལ་མ་ཤར་ནས། ཆོས་ཤིག་བྱེད་པར་འདོད་ནའང་  
བདེན་འཛིན་འབྲུལ་བའི་སྒོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྟོག་པ་དང་བཅས་པས། ཆོས་བྱས་པ་ལམ་དུ་  
མི་འགོ་ཞིང་ཉོན་མོངས་བའི་སྟོན་པ་བཏབ་ནས་ང་རྒྱལ་དང་བློགས་པ་སྦྱི་བས་སྒྲར་ཡང་  
འཁོར་བའི་རྒྱ་སྒྲ་མ་མེད་པའི་མ་འདི་ནམས་སྟོང་རེ་རྗེ། སྟོང་རེ་རྗེ། སྟོང་རེ་རྗེ། དེ་ལྟར་  
བདེན་འཛིན་དང་མ་བྲལ་བའི་མ་འདི་ནམས་སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་ཅ་བ་བདེན་འཛིན་དང་བྲལ་  
ནས་བདེན་མེད་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་རང་རིག་པའི་ཤེས་རབ་བསྟན་ནས་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་རབ་དུ་འབྱེད་པར་བྱས་ནས། སྤྱག་བསྐུལ་དང་སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་  
ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་དགོད་པར་བྱའོ་སྟུམ་པ་ནི་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ཡང་སྟོང་རྗེ་སྦྱེ་ཡུལ་གྱི་སེམས་ཅན་དང་། སྦྱེ་མཁན་གྱི་བདག་དང་། སྟོང་རྗེའི་ངོ་བོ་  
གསུམ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱ་བ་པ་མེད་པས་རང་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་བའི་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་  
གཏིང་མ་འགག་པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་སེམས་དྲུང་རེ་བ་དེ་གཉིས་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་  
གཤེས་ནམ་མཁའ་དང་མཚུངས་པ་དེ་ལ་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྟོང་རྗེ་ཟེར། སྟོང་ཉིད་སྟོང་  
རྗེའི་སྟོང་པོ་ཅན་ཟེར་ཏེ་སྟོང་རྗེ་ཆད་མེད་པ་ཟེར་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེ་རྒྱད་ལ་མ་སྦྱེས་པའི་རྟེན་གྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ལ་མ་བློན་ཅན་ཡིན་པར་མ་ཤེས་ནས། དག་གཉེན་དུ་བརྒྱུད་ནས་ལས་ངན་པའི་དབང་  
གིས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐུལ་དབག་མེད་སྟོང་བའི་མ་འདི་ནམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐུལ་དེ་བདག་  
གིས་ཁྱར། བདག་གི་བདེ་དགོ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅན་ལ་ལྷན་ན་རེ་དགའ་  
ཨང་། མ་འདི་ནམས་བདེ་བ་ལ་དགོད་པའི་ཕྱིར་དུ་འཁོར་བ་མ་སྟོང་གི་བར་དུ་མ་འདི་  
ནམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐུལ་དང་སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་རྒྱ་འབྲས་སྒྲིག་པ་དང་སྒྲིག་པའི་རྒྱ་འབྲས་དང་  
བཅས་པ་བདག་ལ་སྒྲིན་ནས་མ་འདི་ནམས་བདེ་བ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པར་གྱུར་ན་རེ་དགའ་  
སྟེ། བདག་གིས་ལུས་ལོངས་སྟོང་ཁ་རྗེ་དབང་ཐང་དུས་གསུམ་གྱི་དགོ་ཅ་དང་བཅས་པ་མ་

འདི་ནམས་ཀྱི་དོན་དུ་བཏང་ནས་རང་གི་ཞི་བདེ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་བསྐྱབ་པར་ལུས་སྒོག་ལ་  
ལྟོས་པ་མེད་པར་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱས་ནས་མ་འདི་ནམས་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་  
མཐའ་དག་དང་ལྡན་པར་བྱའོ་སྙམ་པའི་དགའ་བ་བསྐྱོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེའང་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་དང་། ལྟོས་སུ་གཞོད་བྱེད་དང་། དེ་ནམས་ཀྱི་དོན་ཀྱི་ཕྱིར་བདག་ལ་ན་ཆ་སྟུག་  
བསྐྱལ་རྒྱུ་དག་བགོགས་གང་བྱུང་ཡང་སེམས་ཁུམ་པ་མེད་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་སྟུག་བསྐྱལ་དེ་བདག་ལ་སྦྱིན་ནས་བདག་སྟུག་བསྐྱལ་འདི་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པ་ཡང་རེ་  
དགའ། སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱལ་ཅན་དེ་ནམས་སྟུག་བསྐྱལ་དང་བལ་ནས་བདེ་བ་བྱུང་པར་  
ཅན་ལ་གནས་པར་བྱུང་པ་འདི། དེ་བས་ཀྱང་རེ་དགའ་སྙམ་པའི་སྒྲོ་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པ་  
ཞིག་འབྱུང་བར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་དགའ་བདེ་སྟུགས་རིས་ཅན་དུ་མ་ཤོར་བ་  
གལ་ཆེ་བ་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདེན་འདྲིན་མེད་པའི་མི་ལམ་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུར་གཤམ་པ་  
ལ་དགའ་བ་ཆོད་མེད་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱམས་པ་དང་སྦྱང་རྩེ་དང་དགའ་བ་གསུམ་  
ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སེམས་ཅན་ལ་པན་གདགས་པའི་སེམས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་སེམས་ཅན་ལ་  
ཆགས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་སེམས་དེ་སྟུགས་རིས་མེད་ན་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་  
ཀྱང་། ཆགས་པའི་སེམས་བརྩེ་བ་ཅན་རང་ཉིད་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོས་སྦྱང་པས་སྦྱང་བ་  
ཉིད་ལ་ཆགས་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ལ་མ་ཆགས་མི་ཆགས་ཆགས་པ་མེད་པར་བྱས་  
ནས་སེམས་ལ་གང་ཤར་བ་དེ་བཞིན་དུ་གང་གིས་གཡོ་བ་མེད་པ་དེ་ཉིད་སྦྱང་པའི་རང་  
གཤམ་ཀྱི་སྦྱང་དུ་བཞག་པ་ལ་པན་སེམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པའི་སྒྲོ་དུང་རེ་བ་དེ་ཞི་  
ནས་ཆོས་ཉིད་རང་གཤམ་སུ་འགྲོ་བ་གཅིག་འོང་བ་ལ་བཏང་སྟོམས་ཟེར་བ་ཡིན་པ་དང་།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་ལས་སྒྲོལ་པའི་ཁྱུང་ཆེན་པོ་བདག་གཅིག་  
བྱ་ལ་བབས་སོ་སྙམ་པ་ནི་ལྟག་བསམ་ཟེར་བ་ཡིན་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
པན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གདགས་པའི་སེམས་དེ་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པ་དང་། སྤང་བ་གཉིས་  
པོ་སྐྱེ་བོ་ཐ་མལ་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པས། དེའང་ཆགས་སེམས་དང་སྤང་བ་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་

སེམས་ཅན་དང་། ཆགས་མཁན་དང་སྤང་མཁན་གྱི་བདག་དང་ཆགས་སྤང་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
དང་གསུམ། རང་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་བརྟགས་ཏེ། ཆགས་ཡུལ་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་དང་  
སེམས་དང་སྤྱད་བསྐྱལ་དང་གསུམ་རང་ངོས་ནས་བདེན་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་ལེགས་པར་  
དབྱུང་བས། བདེན་པར་གྲུབ་པ་མེད་པའི་དོན་རྟེན་དེ་འོང་བས་ཆགས་ཡུལ་མེད་པས་ན་  
ཞེན་པའི་སྒོ་དང་བྲལ་བའི་སྒོ་བྲལ་ཆེན་པོ་འཆར་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་སྤང་བ་ལ་ཡང་ལུས་  
སེམས་སྤྱད་བསྐྱལ་གསུམ་དུ་དབྱུང་བ་གཏོང་། གང་ཟག་རང་གི་ལུས་སེམས་དང་སྤྱད་  
བསྐྱལ་གསུམ་ལ་དབྱུང་བ་བཏང་བས་ད་ལྟར་བཞིན་སྒོ་བྲལ་ཆེན་པོ་ཤར་བ་ཡིན་པས།  
ཆགས་སྤང་གཉིས་པོ་རང་སར་གྲོལ་ནས་ཆོས་ཉིད་སྟོང་པ་ཆེན་པོའི་སྟོང་དུ་ངོ་མཉམ་བས་  
ན། ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་ཟེར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ནམས་  
ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ལ་གནས་པར་བྱེད་པ་བཏང་སྟོམས་ཆད་མེད་པ་ཡིན་པ་  
དང་བཅས་པའི་ཆད་མེད་པ་བཞི་ལ་སྒོ་ལེགས་པར་སྟོང་ཞིང་སྒོས་སྟོན་པ་དང་། སྒོ་ཞུགས་  
ནས་མཐར་སྒོ་འབྱོར་བར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བདག་གཞན་གྱི་སྤྲིག་པ་སྟོང་ཞིང་ཆོགས་བསགས་པའི་ལུས་  
དམིགས་པ་ནི་འདི་ལྟར་སེམས་པར་གྱིས། ཁྱེད་རང་ཐ་མལ་བར་བསམ་པའི་སྤྱི་པོར་རྒྱང་  
འདུག་པ་ཅམ་གྱི་སྟེང་དུ་སྤྲོ་ཆོགས་བསྐྱེད་དང་སྒྲ་བའི་གདན་གྱི་སྟེང་དུ་ང་ཉིད་འོངས་སྟོང་  
རྫོགས་པའི་ཆ་བྱང་ཅན། སྤྱི་མདོག་དཀར་མོ་ཁ་ཁ་ཁུ་རྩ་རྩེ་དང་བེལ་བུ་འཛིན་པ་སྤྱིལ་བྱང་  
གིས་བཞུགས་པའི་སྤྱི་པོར་ཨོ། མགིན་པར་ཨེ། ཐུགས་ཀར་རྩྱི། རྩྱི་ལས་འོད་འཕྲོས་པས།  
སྤང་གྱི་ནམ་མཁའི་ལུས་ཆེན་མོའི་ཐུགས་ཀར་ལོག། ལུས་ཆེན་མོའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱལ།  
ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་ཕྱིར་འཕྲོས་པས། འཁོར་གྱི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ལོག། ཐུགས་  
རྒྱུད་བསྐྱལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་རྒྱུད་འདུས། ལུས་ཆེན་མོའི་ཐུགས་ཀར་  
འདུས་ཏེ་འོད་ཟེར་གྱིས་འོག་མིན་གྱི་ལུས་ཆེན་མོའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱལ་ནས་ལུས་ཆེན་མོ་  
ལ་སྤྲས་སྟོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱུས་དང་བཅས་པས་བསྐྱོར་བ་སྤྱན་དངས་ཏེ་ཐོགས་པ་མེད་

བར་ལུང་གིས་བྱོན་ནས། སྐབས་ཡུལ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་གི་མདའ་གང་ཙམ་གྱི་རྣམ་མཁའ་  
ལ་བཞུགས་པར་བསམས་ནས། ཨོ་སྐྱོ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ས་སྐྱ་རི་ལྷ་ར་བཟླ་ས་སྐྱ་ཡ་རྩ་རྩ་ ཨོ་  
སྐྱོ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ས་སྐྱ་རི་ལྷ་ར་ཨུ་བྱ་ཏྲི་ལྷ་སྐྱ་སྐྱ་ བླ་ཏྲི། ཡུལ་ལྷ་ལྷ་ ལྷ་ལྷ་ ཨ་ལོ་གེ། །གཞུ། བླ་  
མེའུ། འཇུ་ཨུ་ ཏྲི་སྐྱ་སྐྱ། ཞེས་མཆོད་ལ། རོ་ཏྲི་བླ་ཏྲི་ ཞེས་པས་དམ་ཆོག་པ་ལ་བབས་  
ཏེ། དམ་ཆོག་པ་དང་འདྲེས་པར་བསམ་ལ། ཡུམ་ཆེན་མོའི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
འཁོར་གྱི་ལྷ་རྣམས་ལ་ཐོག། འཁོར་གྱི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
སྤྱགས་བཅུ་ལ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱས་པ་  
བསྐྱུས་ནས་ཆུར་ཡུམ་ཆེན་མོའི་སྤྱགས་ཀར་འདུས་ཏེ་དེ་ལས་འོད་ཟེར་ཁ་དོག་དཀར་  
དམར་མཐེང་གསུམ་ཡང་ཟེར། ཁ་དོག་དཀར་པོ་འོ་མའི་རྒྱན་ལྷར་བྱང་བས་བདག་དང་  
འཁོར་དུ་བསྐྱུས་པའི་འབྲུང་པོ་རྣམས་དང་བཅས་པའི་སྤྱི་ཐོར་ར་ཞགས་པས་འཁོར་བ་ཐོག་  
མ་མེད་པ་ནས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསགས་པའི་སྤྱི་སྤྱི་བ་མི་དགེ་བའི་བག་  
ཆགས་རྒྱ་འབྲས་དང་བཅས་པ་ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་བཟུ་བ་བཞེན་ནག་ཏུ་བྱ་བྱ་མར་མགོ་ནས་  
རིམ་བ་བཞེན་རྒྱར་པའི་སེན་སྤྱག་དང་འོག་སྒྲོ་ནས་བྱད་དེ་ས་རིམ་བ་དགའི་འོག་ཏུ་འཆི་  
བདག་གི་བདུད་དམ་ལས་ཀྱི་ག་ཤིན་རྩེ་ཞེས་བའོ། ལན་ཆགས་ཀྱི་བདག་པོ་མདོག་ནག་  
ལ་འཛིགས་པའི་གཟུགས་ཅན་ཤིན་ཏུ་ཁྲོས་པའི་ཆ་བྱད་ཅན་ཁ་རབ་ཏུ་གདངས་པའི་ནང་དུ་  
ནག་ཏུར་གྱིས་སོང་བས་འཆི་བདག་ཆེམས་ནས་བདག་གི་ལན་ཆགས་བྱང་བར་བསམ་  
ཞིང་རང་གཞན་གྱི་ལུས་ཤེས་སྒྲོང་ལྷར་དག་ནས་དྲངས་སངས་ཀྱིས་སོང་བར་བསམ། སྤྱི་  
ཐོར་ར་ཉིད་རྣམ་མཁའི་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཉིད་ལ་ཐེམ་པར་བསམ་ལ། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
སྤྱི་སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་དག་ནས་ཐམས་ཅད་ལ་དད་པ་དུང་རེ་བ་སྤྱེས་ཨང་སྐྱམ་པའི་རང་ལ་  
སེམས་གཡེང་བ་དང་བྲལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེམས་ནས་ཐམས་ཅད་ལངས་ཏེ་བྱག་འཆོལ་  
བར་བསམ་པའོ། །



གསུམ་པ་འདི་ལྟར་བརྗོད་དོ། །རང་རིག་ཡི་ཤེས་སྟོན་མཛད་པའི། །སྤྲུལ་རྣམས་  
ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དངོས་བྱུང་ངེས་པར་སྟེར་མཛད་པའི། །ཡི་དམ་ལྟ་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། །སྤངས་ཏྲོགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡི། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞི་  
ལྷན་འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་ཡི། །དམ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གང་ལ་ཕུལ་ན་དོན་  
ཆེ་བ། །དགོ་འདུན་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །བར་ཆད་ངེས་པར་སེལ་མཛད་པའི། །ཆོས་  
སྦྱོར་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །རི་སྤྱོད་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་བར། །ཁྱེད་རྣམས་ལ་ནི་གསོལ་  
བ་འདེབས། །ཁྱེད་རྣམས་ལ་ནི་བདག་སྐྱབས་སོ། །འདོད་ཡོན་ལྷ་ལོ་མཆོད་པར་  
འབུལ། །སྤྲིག་པ་མི་དགོ་སོ་སོར་བཞགས། །འགྲོ་ཀུན་དགོ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །ཆོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །ལྷ་རན་མི་འདའ་བཞུགས་པར་གསོལ། །དགོ་ཅ་སེམས་ཅན་  
དོན་དུ་བསྟོ་བར་བཟུ། །ཞེས་པ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་ཕུལ་ནས། བཅའ་ཀྱི་སྤྱོད་བྱང་བས་  
ཐམས་ཅད་སྟོད་ཅིག་ཅེས་པའི་སྤྱར་ཐོས་པས་ལངས་ནས་ཕྱག་འཆའ་བ་རྣམས་ཤིག་ཤིག་  
འདུག་པར་མོས་ལ། དེ་ཡང་ནམ་མཁའ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཕུལ་ཏེ་  
དམིགས་སུ་མེད་པ་ཡང་དག་དོན་གྱི་མཆོད་པ་ཤེས་དགོས་ཏེ། དེའང་རང་གི་དབང་པོའི་  
ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་ལྟ་མོ་དང་མཆོད་རྣམས་སུ་གྱུར་ནས། དམིགས་སུ་  
མེད་པའི་ལྟ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་དམིགས་སུ་མེད་པའི་མཆོད་རྣམས་ཐོགས་ནས་མཆོད་པ་འབུལ་  
བར་སྒོས་སྤུལ་ཏེ་ནམ་མཁའ་གང་བར་བསམས་ནས་འབུལ་བར་བྱ་སྟེ། དེའང་སྟོང་གསུམ་  
རབ་འབྱམས་འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡས་ལྷ་མེད་པ་སྒོས་འཆུན་ཆད་ཀྱི་གཟུགས་སུ་སྤྱང་བ་  
ཐམས་ཅད་ལྟ་མོ་སངས་རྒྱས་མཁའ་འགྲོར་བསམ། སྤྱོད་གསུམ་ཆད་ཐམས་ཅད་ལྟ་མོ་རྟོ་རྟེ་  
མཁའ་འགྲོར་བསམ། རྩི་ཐམས་ཅད་ལྟ་མོ་རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོར་བསམ། རོ་ཐམས་ཅད་ལྟ་  
མོ་བརྒྱ་མཁའ་འགྲོར་བསམ། དེག་བྱ་ཐམས་ཅད་ལྟ་མོ་ལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོར་བསམ་སྟེ། དེ་  
ཡང་གཟུགས་སངས་རྒྱས་མཁའ་འགྲོ་ཞེས་པ་ཡང་སྒོ་བྲལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དོན་ལ་ཐེར་བ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་མཆོད་པ་

ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྐྱ་རྩོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་ཞེས་པ་ཡང་གསང་བའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་  
ཟེར་རྟེ། དེའང་སྣང་སྤྲིད་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་པར་བྱུབ་པ་མེད་པར་  
སྒྲོས་པ་མེད་པའི་མཆོད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །བྲི་རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་ཞེས་པ་ཡང་  
སྣང་བ་ངེས་མེད་སྣ་ཆོགས་པ་ཤར་བ་ལ་ཟེར་རྟེ། དེའང་གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བ་ཆགས་  
ཞེན་མེད་པའི་མཆོད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །རོ་བརྒྱ་མཁའ་འགྲོ་ཞེས་པ་ཡང་ཆགས་  
པ་མེད་པའི་རོ་བོ་ལ་ཟེར་རྟེ། སྒྲོན་བྲལ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །རེག་བྲལ་ས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ཞེས་པ་ཡང་དོན་དམ་པ་དང་ཀྱུན་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་རྩེ་ས་  
སྤྱ་འབྲང་བའི་རྩྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་རྩྱལ་བ་ཆེན་པོ་ལ་ཟེར་རྟེ། དེ་ཡང་སྣང་  
བ་ལ་ཤར་ཆད་ཐམས་ཅད་བྱར་མེད་རྟོག་མེད་གཉིས་མེད་བརྗོད་མེད་རང་བྱུང་རང་གྲོལ་  
ཆེན་པོའི་མཆོད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ཡུལ་ལྔ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོད་ཡུལ་མཆོད་མཁན་མཆོད་པ་  
དང་བཅས་པ་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པའི་མཆོད་སྒྲིན་དུ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས། དེ་ཐམས་  
ཅད་བསྐྱུས་ན་གསུམ་དུ་འདུས་པས་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་སྤྱུ་ཤེས་དགོས་པ་ལ། ཡུལ་ལྔ་ཡང་  
གསུམ་དུ་འདུས་པ་ཡིན་པས་དེའང་གཟུགས་དང་སྐྱ་དང་འཛིན་ཏོག་དང་གསུམ་ཡིན་ལ།  
གཟུགས་ནི་སྐྱ་ཡིན། སྐྱ་ནི་གསུང་ཡིན། འཛིན་ཏོག་ཐུགས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་གཟུགས་སྤྱུ་  
སྣང་ཆད་ཐམས་ཅད་གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་མོ་མེ་ལོང་བསྐྱམས་པ་དབག་དུ་མེད་པར་མོས་ནས་  
སྒྲོས་རྟེ། མེས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཟུགས་ལ་ཞེན་པའི་ཞེན་པ་སྤངས། གཟུགས་ཀྱི་བདེ་བ་  
དེས་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་མཆོད། སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་མཉེས་ནས་སྤྱི་དངོས་གྲུབ་སྣང་  
བས། བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲིག་སྤྲིབ་དག་ནས་ལས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉམས་དང་  
ལྷན་ཞིང་སྤྱི་བྱིན་རྒྱལ་ལ་ཞུགས་པར་བསམ་མོ། །

སྐྱ་གསུང་ཆད་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ལྷ་མོ་མེ་ལོང་བསྐྱམས་པ་དབག་དུ་མེད་པར་མོས་  
ནས་སྒྲོས་རྟེ། མེས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱ་ལ་ཞེན་པའི་ཞེན་པ་སྤངས། སྤྱི་སྤྲིན་པས་སྒྲ་མ་

དགོན་མཆོག་མཆོད། ལྷ་མ་དགོན་མཆོག་མཉེས་ནས་གསུང་གི་བྱིན་རྒྱལ་ས་འག་ལ་  
ཞུགས་པར་བསམ་མོ། །བློ་རྟོག་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ཆོས་འབྱུང་བསྐྱམས་པ་དཔག་  
ཏུ་མེད་པར་མོས་ནས་སྒྲིམ་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལོག་པར་རྟོག་པ་སྦྱངས། རང་  
རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤེས་རབ་ཆེན་པོ། བཞི་དང་ལྷན་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོས་ལྷ་མ་དགོན་  
མཆོག་མཆོད། ལྷ་མ་དགོན་མཆོག་མཉེས་ནས་སྦྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་  
བས། བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྤྲིག་སྦྱིབ་དག་ནས། སེམས་སྟོང་གསལ་  
བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉམས་དང་ལྷན་ནས་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་ས་སེམས་ལ་ཞུགས་པར་བསམ་  
མོ། །

དེ་ནས་མཐར་ལྷ་མོ་ནམས་ཀྱང་རང་ལ་ཐིམ་པར་བསམས་ནས་བདེ་སྤྱག་ཐམས་  
ཅད་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་དུ་མཉམ་པ་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྟོང་བ་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའ་  
ལྷ་བུའི་རང་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་གསལ་གདབ་པར་བྱས་ལ། སྟོང་གསུམ་རབ་འབྱམས་  
འཛིག་ཉིན་གྱི། །གཟུགས་སུ་སྒྲུབ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང། །སྦྱ་མཆོག་ཕྱག་རྒྱར་མཆོད་པར་  
འབུལ། །སྦྱ་འབྱུར་བ་མེད་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །སྟོང་གསུམ་རབ་འབྱམས་འཛིག་ཉིན་  
གྱི། །སྦྱ་རུ་གྲགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང། །གསུང་མཆོག་ཕྱག་རྒྱར་མཆོད་པར་  
འབུལ། །གསུང་འགག་པ་མེད་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །སྟོང་གསུམ་རབ་འབྱམས་འཛིག་  
ཉིན་གྱི། །ཡིད་དུ་བློ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང། །ཐུགས་མཆོག་ཕྱག་རྒྱར་མཆོད་པར་  
འབུལ། །ཐུགས་འཁྲུལ་བ་མེད་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །སྟོང་གསུམ་རབ་འབྱམས་འཛིག་  
ཉིན་གྱི། །བདེ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང། །གཉིས་མེད་ཕྱག་རྒྱར་མཆོད་པར་  
འབུལ། །མཆོག་ཐུན་གཉིས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །བདེ་ན་བདེ་བ་ཆོགས་སུ་བསྟོ། །ཕན་  
བདེའི་ནམ་མཁའ་གང་བར་ཤོག །སྤྱག་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་གིས་ཁྱར། །འཁོར་བ་སྤྱག་  
བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ་བསྐྱམས་ནས་ཀྱང། །ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་བདེ་དང་ལྷན་པར་  
ཤོག །ཕུལ་མཆོད་པ་འབུལ་མཁའ་ཀྱི་བདག །མཆོད་པའི་ཡུལ། མཆོད་པའི་ངོ་བོ། མཆོད་

པའི་བྱེད་ལས་དང་བཅས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་ལ་འཛོག་  
པར་བྱེད་པ་མཆོད་འབུལ་གྱི་དེ་ཉིད་ཡིན།

བཞི་པ་ལུས་སེམས་ཕྲལ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྟེན་མེད་ཏུ་ཕྲལ་བ་དང་། རྟེན་ཅན་ཏུ་  
ཕྲལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་སྒྲེ་འགག་གནས་གསུམ་དང་ཕྲལ་བའི་སྟོང་པ་ཆེན་པོ་ནམ་  
མཁའི་དགྱིལ་ལམ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་ཕྲལ་བའི་སྟོང་པ་  
ཉིད་ལ་མངའ་བརྟེན་པས། ལུས་ཀྱང་སྟོང་པའི་གཟུགས་བརྟན་ནམ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་མེད་  
པར་གོ་ཞིང་བདེན་མེད་ཏུ་རྟོགས་ནས། སེམས་ལུས་ལ་མི་ཆགས། ལུས་སེམས་ལ་མི་  
ཆགས་པ་ནི། མ་ཆགས་མི་ཆགས་ཆགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཡང་ལུས་  
སེམས་ལ་སོགས་གང་ལ་ཆགས་པ་དང་ཕྲལ་བ་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ལུས་སེམས་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་དང་མི་  
ཆགས་པ་གཉིས་ཀའི་སྒོ་དང་ཕྲལ་ན། སྒོ་ཕྲལ་ཆེན་པོའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། འཕོ་བྱ་  
འཕོ་བྱེད་མེད་པ་རྟེན་མེད་ཏུ་ལུས་སེམས་ཕྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བའོ། །གཉིས་པ་ནི་སེམས་རྩས་  
སམ། དངོས་པོ་ཅན་ཏུ་དམིགས་ཤིང་བྲན་པས་བཟུང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་སྟོང་རིག་པའི་ངར་  
གྱིས་ལམ་མ་རྟོར་བའི་དབྱིངས་སུ་འབྲེན། རྒྱང་ཤུགས་ཅན་གྱི་སྟོབས་གྱིས་ཕྲལ་ཏེ་སེམས་  
ཉིད་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་འཕངས་ནས། ལུས་སེམས་དཔལ་བར་བྱ་སྟེ། དེའང་ནམ་  
ཤེས་ཐེག་ལེ་ལ་བརྟེན་ནས་དམིགས་བཅས་སུ་རྩས་ལ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲི་བོར་འཕོ་  
བར་བྱེད་པའི་ལུགས་འདི་ལྟར་ཡིན་པས་ཡིད་ལ་བུངས་དང་བྱ། ངས་ལེགས་པར་བཤད་  
དོ་ཉོན་ཅིག་ཨང་། འོ་ན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཐེག་ལེ་དཀར་དམར་གཉིས་གཅིག་  
ཏུ་འབྲས་པ་ལས། བྱ་ངང་པའི་ཆང་གསར་པའི་སྟོང་དེ་ཅམ་ཏུ་དཀར་ལ། འཆར་བ། ལྷུ་  
ལ་འབྲིལ་བ། གསལ་ལ་དྲངས་བ། འོད་ཟེར་འབར་བའི་རྣམ་པ་ཅན། ཆེ་ཆུང་མཐེའུ་ཆུང་གི་  
ཆོགས་མགོ་ཅམ། མི་མཉམ་པ་མེད་ཅིང་ཤིན་ཏུ་རྒྱུ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གཅིག་ཏུ་དམིགས་  
དགོས། དེ་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་པོ་ཏ་རིའི་སྟོང་པ་སུ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་མདོག་ལྟར་རབ་ཏུ་སྟོ་

བའི་དཀྱིལ་དུ་ཕྱག་པ་བཟང་པོའི་དཔལ་ཞེས་བྱ་བ་དབྱིབས་ཆོས་འབྱུང་ལྟར་འདུག་ཅིང་།  
དམར་བ་འཇའ་འོད་སྣ་ལྔའི་རི་མོ་འཆར་ཞིང་། འཇའ་ཆོན་འཁྲིགས་པའི་ཕྱག་པ་ཤིན་ཏུ་  
བཟང་བ། ཡོན་ཏན་དུ་མ་དང་ལྡན་པ། དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་  
དུས་ཉག་ཏུ་འདུས་པའི་ཕྱག་པ་དེར། སྤར་ང་འདུག་པའི་དུས་སུ་ཅན་དན་གྱི་ཆལ་ཆེན་པོའི་  
གསེབ་ཏུ། གྱིཙ་རྒྱུང་ལྷོག་རྒྱུང་བྱ་བ་མདོག་སྡོ་ལྔ་དང་གཤོག་པ་གཉིས་དཀར་པོ་སྒྲ་བའི་བྱེད་  
ལྟ་བུ་མཐུག་པའི་སྒྲོ་ལེབ་ལྔ་ཡོད་པ་ཁ་དོག་སྣ་ལྔའི་རང་བཞིན་ཅན། ཀྱང་བ་ཉ་ཕྱིས་གྱི་  
མདོག་དང་མཚུངས་ལ། སེན་མོ་དང་མཚུ་ནི་དཀར་པོ། མིག་དམར་ལ་མགྱིན་པ་ཡན་ཆད་  
གྱི་མགོ་བོ་མ་བྱའི་མདོངས་གྱི་ཁ་དོག་དང་མཚུངས་པའི་སྤྱི་བོར་སྒྲོ་འཇག་མ་གསུམ་ཁ་  
དོག་དམར་པོ་ལ་འོད་སྣ་ཆོགས་འབར་བའི་གཙུག་ཕུད་དང་ལྡན་པ་གཅིག་ཡོད་པ་དེས།  
འབྲུ་སྤྱང་སོགས་སྒོག་ཆགས་གྱི་རིགས་མི་གསོད་ཅིང་ས་ལ་རྒྱུ་བ་མི་འཛོལ་བར་མེ་རྟོག་  
དང་ལྡན་ཤིང་གི་ཁ་ལ་ཉག་ཏུ་འདུག་ཅིང་། ཉ་རེ་དང་ཏུ་རྒྱ་རེ་ཞེས་པའི་སྐད་འབྱུར་ཤིན་ཏུ་  
སྣན་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱེད་པ་དང་། རྟོག་བཟང་པོའི་ཟེུ་འབྲུ་དང་ག་བྱར་ལ་སོགས་  
པའི་ཁྱི་ཤིན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྣན་སྣ་ཆོགས་པ་ལ་བཟའ་བ་བྱེད་ཅིང་། ག་བྱར་གྱི་སྤྱང་པོའི་ཆེ་  
མོ་མེ་རྟོག་གི་ཟེུ་འབྲུའི་ནང་དུ་ཉལ་ས་བྱས་ནས་ཆགས་པ་མཚུ་གཉིས་སྤྱད་པའི་དབྱགས་  
གྱིས་ཆེས་པར་བྱེད་པའི་གྱིཙ་རྒྱུང་ལ་སྒྲོ་ང་གཉིས་ཁ་ནང་ནས་ཡར་བྱུང་སྟེ། ག་བྱར་གྱི་ནང་  
དུ་བཞག་ནས་ཆང་དེ་དུ་བཅའ་བའི་བྱ་པོ་མོ་གཉིས་ནི། རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མས་བྱིན་གྱིས་  
བཤམས་པའི་བྱ་ཡིན་པར་འདུག་ལ། ཁ་ཅིག་ནི། སྒྲོལ་མའི་སྒྲུལ་པ་ཡིན་པར་ཡང་སྒྲུ་བར་  
བྱེད་དོ། །གང་ཡིན་ཀྱང་པལ་པའི་བྱ་མ་ཡིན་པར་ངེས་པས། བྱ་དེའི་རིལ་མ་ལོན་ན་ཁོང་དུ་  
བཏང་བས་ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་ཐམས་ཅད་འཛོམས་ཤིང་སེལ་བར་བྱེད་  
དོ། །བདུག་པ་བྱས་ན་གདོན་སྟོང་ཐག་བརྒྱད་ཅུས་མི་ཚུགས། ལུས་ལ་བྱུག་པ་བྱས་ན་ཤ་  
འབྲུམ་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །བྱ་དེའི་ཤ་ཐོས་ན་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་  
འཛོལ། སྒྲོ་དང་སྤྱི་ཡིན་ཀྱང་སྤུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་འཛོལ། མཚོང་བ་དང་སྐད་ཐོས་པས་

ཀྱང་ངན་སོང་གསུམ་ལས་ཐར་ནས་ལྷ་མི་ལ་འགོད་པར་རུས་སོ། །བྱ་དེ་ཉིད་ཡོད་པའི་  
ཡུལ་ཕྱོགས་དང་། ཉགས་རི་དེ་ལ་སྐྱེས་པའི་འགྲོ་བ་སློག་དབྱགས་ཐོགས་ཆད་ནམས་ལ།  
སྐྱེ་བ་གཅིག་གི་རིང་ལ་ངན་སོང་མི་འབྱུང་ངོ། །བྱ་དེ་ནི་ཡིན་ཏུ་དགོན་ལ་གངས་ཉུང་ཞིང་  
ལས་དང་སྐལ་བ་ལྡན་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སུ་ཡིན་གྱིས་མཐོང་དུ་མི་བརྟུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

བྱ་དེ་གཉིས་གྱིས་འབྲུ་སྤྱང་དང་བྱ་རིགས་གཞན་དང་ནགས་ལ་གནས་པའི་  
སེམས་ཅན་མང་པོ་ལ་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པར་བྱེད་པར་  
ལས་དང་ཉེན་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན་ཅིང་། སྒོ་ང་གཉིས་ལ་བྱིའུ་གཤོག་ཅལ་རུས་པར་རེད་  
ནས། བྱ་སོ་མོ་གཉིས་ཆང་དང་བྱིའུ་གཉིས་དང་བཅས་ཡུལ་དེ་ལ་མ་ཆགས་ཤིང་ཤར་རུབ་  
བཅ། སྒོ་བྱང་ལྟ་བུ་སོ་སོར་སོང་ནས། དེ་བྱིན་ཆད་ཆང་སྤེལ་བར་མི་བྱེད་པར་འཁོར་པའི་  
བྱ་བ་ལ་སྐྱོ་བ་སྐྱེས་པའི་ཚུལ་སྟོན་པ་ཡིན། ཡང་བྱིའུ་གཉིས་ལ་ཆང་ཞིག་ཆད་པའི་སྒོ་ང་  
གཉིས་ལ་བྱིའུ་གཉིས་རེད་པ་དང་། བྱ་སོ་མོ་གཉིས་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་གཅིག་བྱར་སོ་སོར་  
བྱས་ནས་དེ་བྱིན་ཆད་ཆང་མི་འཛིན་པས། བྱ་ལྟོག་ཚུང་འདྲིའི་རིགས་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
ཆང་གསར་པ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

བྱ་འདི་སྐྱབ་པ་ཅན་གྱིས་མི་མཐོང་ལ། ལས་དང་སྐལ་བ་ལྡན་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་  
གཅིག་ཅུ་གྱིས་མཐོང་། བྱ་ལྟོག་ཚུང་གི་ཆད་ནི། ད་ལྟར་རང་རེའི་ཡུལ་འདྲིར་ཡོད་པའི་  
བྱེལ་འཛིན་མ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོག་སེར་སྐྱ་བ་སྤྲིན་མ་དཀར་པོ་ཅན་འདི་ཅུ་ཡིན་ཀྱང་།  
མགྲིན་པ་དེ་བས་ཅུང་ཟད་རིང་བ་གཅིག་ཡིན། བྱ་ལྟོག་ཚུང་གི་སྒོ་ངའི་སྒོ་ང་ལྟན་ནི། དཀར་  
ལ་དམར་པོའི་ཟེར་ཅུང་ཟད་ཆགས་ཤིང་སྐྱུ་མ་པའི་མདངས་དང་ལྡན་པ། སྐྱབ་གཤོགས་  
མེད་པར་ཤེལ་ལྟར་གསལ་བ། འོད་ཟེར་འབར་བས་འདོམ་པ་གང་ཅུ་གྱི་ལྷན་པ་སེལ་  
རུས་པའི་བྱིའུ་ལྟན་པས་ཡེ་ཤེས་ལྷ་མཆོན་པའོ། །

ནང་གི་སྒོ་ང་ཚུའི་བྱི་རིམ་དཀར་པོ། དེ་ནང་དུ་དམར་པོ། དེའི་ནང་དུ་སེར་པོ། དེའི་  
ནང་དུ་ལྗང་གྲ། དེའི་ནང་དུ་སྒོ་སྒྲ། དེའི་ནང་དུ་མཐིང་ག་ནམ་མཁའི་མདོག་གཅ། བྱིའུ་ཅུའི་

མདོག་ལྟར་ཤིན་ཏུ་སྡོ་བའི་མདངས་དང་ལྡན་པ་སྐྱབ་ཆུང་ཙམ་གྱི་དཀྱིལ་དུ་དོ་རྩེ་འཆང་  
ཡུངས་དཀར་གྱི་འབྲུ་ཙམ་གྱི་ཐེག་ལེ་འོད་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་འཕྲོ་བ་ཞིག་གིས་མཆོན་པའི་  
སྒྲོང་ཆུའི་རིམ་པ་རྣམས་དབྱེར་མེད་གཅིག་ཏུ་གནས་ཡུང་། ཆུ་ཆུ་ལྟ་བུའི་མེ་ལོང་དང་  
གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་མ་འདྲེས་ཤིང་སོ་སོར་གསལ་བོར་མདོན་པས་རིགས་ལྔ་དང་  
རིགས་བྲུག་པའི་བདག་ཉིད་རིགས་རྣམས་ཀྱན་གྱི་དོ་རྩེ་འཆང་དང་བཅས་པ་མཆོན། ཁ་  
དོག་བྲུག་གི་རིམ་པ་བྲུག་ལ་འོད་འབར་བའི་འོད་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་བ་རང་རང་གི་ཡུལ་  
རྣམས་མཆོན་པ་དང་བཅས་པ་བྱ་ལྟོག་ཆུང་གི་སྒྲོང་ལ་འདྲོམས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པས།  
རང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་བྱ་ལྟོག་ཆུང་གི་སྒྲོང་ལྟ་བུར་བསྐྱོམས་ན་བསོད་ནམས་ཆེན་  
པོ་ཐོབ་པ་ཡིན་པ་ནི། ལྟོག་ཆུང་གི་སྒྲོང་ལ་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྔ་དང་། རིགས་རྣམས་ཀྱན་གྱི་  
གཙུག་པོ་དང་བྲུག་ལ་རང་རང་གི་ཡུལ་དང་བཅས་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ལྔ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲོང་དེ་  
བྲན་པ་ཙམ་གྱིས་བསོད་ནམས་འཕྲོལ་པས། རང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲོང་དཔེགས་ཏེ་  
འཕྲོལ་ན་སྒྲ་ན་མེད་པའི་གོ་འཕང་འཕྲོལ་པ་ལ་དཀར་ཆེགས་མེད་པས། ཆེ་གཅིག་ལུས་  
གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་འཕྲོལ་པར་བྱས་པ་ཐེ་ཆོམ་མེད་དོ་རིགས་ཀྱི་བྱ། དེའང་འཕྲོ་བའི་  
དཔེགས་པ་འདི་བཞིན་དགོས་པས་ཉོན་དང་བྱ། རང་ཉིད་སྟན་བདེ་བ་ལ་འདུག་ཅིང་ལུས་  
སེམས་མ་གཡོས་པར་ལྷུག་པར་བཞག་པའི་རང་ལ་ལུས་རྣམ་སྤང་གི་ཆོས་བདུན་དང་ལྡན་  
པར་བྱས་ལ་རྒྱུང་ལན་གསུམ་སྤྱིར་འབྱུང་པས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསགས་  
པའི་སྤྲིག་སྤྱིབ་དང་ནང་གི་ལྷན་ལྷན་དང་བཅས་པ་རྒྱུང་གི་རྣམ་པས་སྤྱིར་བྱད་ནས། ལུས་  
སེམས་སྤྱི་ནང་ཐམས་ཅད་སྤྱིབ་པ་དག་ནས་གསལ་སིང་རེ་སོང་བས་ལུས་ཀྱི་ནད་སྤུ་མ་  
ལུས་བཟུང་བ་བཞིན་དུ་སྤྱི་བོ་ནས་རྟེན་མཐེལ་གྱི་བར་དུ་སྒྲོང་པར་བསམ་པའི་ནད་དུ། སྤྱི་  
བོ། མགིན་པ། སྤྱིང་ག། ལྟེ་བ་གསང་གནས་དང་ལྔ་ལ་ཅ་འཁོར་ལྔ་ལྟ་སྤྱིའི་འདབ་གཉིས་ཁ་  
སྤྱད་ཅིང་ལྟ་མགོ་གཉིས་ཁ་སིང་དུ་འཕྲད་པ་ལྟ་བུའི་གསང་བའི་ལྟ་མགོ་གཉིས་བརྒྱའི་ནང་  
ནས་རྟེན་མཐེལ་བར་དུ་རྒྱག་པར་བསམ་པའོ། །

ཡང་ན་ཞུ་བའི་དོན་ལ་བད་མ་གཉིས་ཁ་སྤྲད་པའམ། ཡང་ན་གཏུགས་གཉིས་ཁ་སྤྲད་  
པར་བསམ་ལ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་འཕོ་བ་དང་། ཅིག་ཅར་གྱིས་འཕོ་བ་དང་གཉིས་བྱེད་བ་  
ལ། འདིར་དང་པོ་རིམ་གྱིས་འཕོ་བ་རིགས་བྱུག་གནས་འབྲེན་བ་བྱེད་བ་ནི། དེ་ལ་རང་ཉིད་  
ལངས་པར་དམིགས་པའི་རྒྱ་པའི་ལོང་བྱ་གཉིས་སྤྲད། ལག་བ་གཉིས་ཆོས་འབྱུང་གི་  
བྱུག་རྒྱ་སྤྱི་བོར་བྱས་པར་བསྐྱོམ་པའི་རྒྱ་པའི་རྒྱ་ཞབས་གཉིས་ཀྱི་གཡས་སུ་ཐིག་ལེ་  
དམར་པོ། གཡོན་དུ་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ། བསྐྱལ་བཟང་གི་ནས་འབྱུང་ཅམ། བསྐྱལ་བཟང་གི་  
སྒན་མ་ཅམ་གཅིག་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་བསམས་ནས་རྒྱ་ཁྲིལ་དུ་འབྲེན་ཅིང་།  
པཌ་ལྷག་པོ་གདབ་པས་ཡར་ཐོས་པའི་དམིགས་བ་བཏང་བས་ཡར་བྱུང་བར་གསང་  
གནས་སུ་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་གཉིས་གཅིག་དུ་འབྲེས་པ་བྱ་མ་གསར་གྱི་སྒྲོ་ང་ཅམ་འོད་  
ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན། ལྷ་བས་མི་བཟོད་པ་ཉི་མའི་སྤྱིང་པོ་དང་མཚུངས་པ་གཅིག་འཕར་ཞིང་  
འགྲུལ་ཁྲུག་ཁྲུག་བྱེད་པ་ཞིག་དུ་གྱུར་པར་བསམ། པཌ་ལྷག་པོས་བས་ལྷེ་བ། སྤྱིང་  
ག། མགོན་པ། སྤྱི་བོ། དེ་ནས་ཆངས་བྱུག་དུ་བྱུང་དེ་ཁྲུ་གང་གི་ནས་མཁར་ཡི་གེ་ཏ་ཡིག་  
མཐིང་ནག་འོད་རབ་དུ་འབར་བ་ཞིག་དུ་གྱུར་པར་བསམ་པ་ནི། ལས་བྱེད་དམིགས་བཅས་  
འཕོ་བའི་གདམས་པ་ཡིན། སྤྱི་བོར་ཐོན་ཏེ་ནས་མཁར་སྤྱོད་པ་དང་རིག་པ་པོ་མ་བྱི་མ་མེད་  
པ་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་འཁྲུགས་ཀྱིས་འབྲེས་ནས་རིག་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་ཁྲུག་བརྟལ་ཆེན་  
པོའི་ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་དབྱུགས་འགྲོ་འོང་གཉིས་གཅིག་དུ་བཅི་བའི་ཉི་ཤུ་ཅ་  
གཅིག་གི་བར་དུ་མཉམ་བཞག་པ་ལ་གནས་ཤིང་། དེ་ནས་འོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཅིག་  
ཅར་གྱིས་འཕོ་བ་བྱེད་པའམ། ཡང་འཕོས་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་བསྐྱེད་བ་དང་། མཉམ་བཞག་  
ལ་འཛོག་པ་དང་། ཡང་འཕོ་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཉེར་གཅིག་བྱེད་པ་ལ་སྒྲན་གཅིག་བྱེད་  
པའི་ཉིན་ཉེར་གཅིག་དང་། མཆོན་ཉེར་གཅིག་བྱས་ནས་མཐར་སྒྲན་འཛོག་པའི་དུས་སུ་སྤྱིང་  
གར་བརྒྱ་དམར་པོ་འདབ་མ་བརྒྱད་པ་གཅིག་དུ་བསམ་པའི་ལྷེ་བའི་སྤྱིང་དུ་རྣམ་ཤེས་ཡོད་



པར་བསམ་ལ་བརྒྱུ་ཁ་བྱུམ་པར་དམིགས་ནས། གཉིད་ལོག་གས་སྟོད་ལམ་ལ་འདུག་པར་  
བྱེད་པ་དམིགས་བཅས་འཕོ་བ་སྤངས་པའི་མན་ངག་གོ།

ཅིག་ཆར་གྱིས་འཕོ་བར་བྱེད་པ་འདོད་པ་དང་། ཡང་འཆི་ཁར་ལས་ལ་སྦྱར་བ་ནི།  
སྦྱི་བོར་ཁྱ་གང་གི་སར་དེད་ལོངས་སྟོད་རྫོགས་པའི་སྤར་བསྟོམ། བྱེད་རང་གི་སྟོང་བརྒྱ་  
དམར་པོ་འདབ་མ་བརྒྱད་པ། ཁ་གྲོན་དུ་བྱེས་ནས་འདབ་མ་བརྒྱད་པའི་སྟོང་དུ་ཅ་དབྱ་མ་  
བྱི་དཀར་ལ་ནང་དམར་བ་སྤྲུག་ཅམ་གཅིག་གི་ཡར་སྟེ་སྦྱི་བོའི་ཆངས་བྲུག་ཏུ་ཐོན་ཏེ་འདི་  
སྟོང་གར་བྲུག་པར་བསམས་ནས། མར་སྟེས་པད་འདབ་ཞོན་པའི་སྟོང་དུ་ནང་བརྒྱ་ལྟ་བུའི་  
སྟོང་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པར་བསམས་ནས། འཆི་རྟགས་བྱང་བ་དང་། རིག་པ་རྟུར་  
བྱང་རིགས་པའི་ངར་བསྐྱེད་ལ་པཌ་སྤྲུག་རྣམ་ཤེས་འོད་ཀྱི་སྤྱུ་གྲུའི་ནང་ནས་འདི་སྟོང་གའི་  
དཀྱིལ་འཁོར་ལ་བསྟེན་པར་བྱ། བརྒྱ་དང་ཅ་ཡང་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་བསམ། དེ་  
ཡང་བརྒྱ་ནི་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་བད། ལྟེ་བ་མཐིང་གས་བྱམས་པ་དང་། འདབ་མ་  
དམར་པོས་སྟོང་རྫོང་དང་། ཟེའུ་འབྲུ་དཀར་པོས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མཆོན། ཅ་བྱི་དཀར་  
བས་ཐབས། ནང་དམར་བས་ཤེས་རབ་མཆོན་པའི་ཅ་ཡང་རྣམ་ཤེས་དང་དུས་མཉམ་དུ་  
ཡལ་ཅིང་། བརྒྱའི་མདངས་ཉམས་པར་གྱུར་པ་ནི་དམིགས་བཅས་ཀྱི་འཕོ་བ་འཆི་ཁའི་མན་  
ངག་ཡིན་པ་དང་བཅས་པ་རྟེན་ཅན་རྫས་ལ་དམིགས་ཏེ་ལུས་སེམས་སྤལ་བའི་གདམས་པ་  
ཡིན། རྫས་བྲུབ་ཀྱི་འཕོ་བ་ཡང་ཡིན་པ་ནི་རྣམ་ཤེས་རྫས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་ལ་བརྟེན་  
ནས་རྫས་བྲུའི་སྟོང་ལ་དམིགས་ནས་སྦྱེ་མེད་ནམ་མཁའ་ལ་འཕོ་བ་འདི་རྣལ་འབྱོར་མ་འདི་  
ཆོས་ལུགས་ཡིན་ནོ་རིགས་ཀྱི་བྱ།

དེ་ཡང་གཤིན་པོའི་དོན་དུ་རྒྱང་མཐིལ་དུ་དཔྱལ་བ། གསང་གནས་ཡི་དྲགས། ལྟེ་  
བ་བྱོལ་སོང་། སྟོང་གར་མི། མགྱིན་པར་ལྟ་མ་ཡིན། ལྷན་པའི་དུང་ཁང་ལྟའི་གནས་ཡིན་ཏེ།  
རྣམ་ཤེས་དུང་ཁང་ནས་སྦྱི་བོར་ཐོན་པ་ནམ་མཁའ་དང་འབྲེས་པར་བསམས་ལ། རིགས་  
དུག་གི་གནས་ནས་ཐར་ཏེ། འཁོར་བ་ལས་བརྒྱལ་ནས་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པའི་

ཏེན་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། འདི་ནི་དམིགས་བཅས་རིགས་བྱུག་གནས་འདེན་གྱི་འཕོ་བ་  
བྱ་བར་གྲགས་སོ། །ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་རིགས་གྱི་བུ། དེ་ལྟར་ལུས་སེམས་སྤལ་ནས་  
ལུས་ལ་མཐུལ་བསྐྱེད་ནས་ལྷ་མ་དང་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་ཡི་དམ་ལྟ་དང་དབའ་བོ་  
མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་བའི་སྤྱང་མ་དང་བཅས་པ་ལ་འབྲུལ་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་འདི་ལྟར་  
ཡིན་ནོའོ་དང་ངས་བཤད་དོ། །

རང་གི་སྤྱི་ཐོར་ཏ་ཡིག་རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་མ་སེར་མོ་གཡོན་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་  
ཁོར་བུ་འདྲིན་པའམ། མཐེང་ག་དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་མཁའ་འགྲོ་མ་སྤྲོན་མོ་ཞལ་  
གཅིག་བྱུག་གཉིས་གཡས་གྱི་གྲུག་དང་། གཡོན་ཁ་འྲི་ག་ཐོགས་པ་གཅིག་ལ་རང་འབྲ་བ་  
བཞིས་བསྐྱར་ཏེ་གཙོ་འཁོར་ལྷར་བསམ། གྱི་གྲུག་གིས་ལུས་རོ་གན་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པའི་  
བགས་པ་བལྟས་ཏེ་དམར་ཕྱལ་གྱིས་བཏང་ནས་པར་བྱས་པས་བགས་པ་དབང་ཆེན་  
གསེར་གྱི་ས་གཞིར་བསམ། པར་བྱས་པས་ཁྲག་སྒོས་རྩའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་གྱུར་པས།  
ས་གཞི་ལ་ཆག་ཆག་གདབ་པར་བསམ། པར་བྱས་པས་སེན་མཛུབ་མཐའི་ལྷགས་རིར་  
བསམ། པར་བྱས་པས་ཡན་ལག་བཞི་སྒྲིང་བཞིར་བསམ། པར་བྱས་པས་ལག་བརྒྱད་སྒྲིང་ཕྱན་  
བརྒྱད་དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་སྤྱི་ཐོར་ཐོན་ཏེ་རི་པོ་མཆོག་རབ་དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་  
རབ་ཀྱི་སྒྲིང་དུ་མགོ་དེ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་མིག་གཡས་པ་ལྷ་བ་  
དང་། གཡོན་པ་ཉི་མ་ཡིན་པར་བསམ། པར་བྱས་པས་རྒྱ་སྐར་རྣམས་ཡིན་པར་བསམ།  
པར་བྱས་པས་ཐང་ཤེས་གྱི་ཏ་མཆོག་དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་དེ་ཡིད་བཞིན་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་  
དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་ཆར་བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་གཅིག་དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་དཀར་ནག་  
གསེར་གྱི་རི་བདུན་དང་རོལ་པའི་མཆོ་བདུན་དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་ཁོང་རྣམས་རྒྱལ་སྤྱི་  
སྤྱ་བདུན་དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་རྣམས་བཟའི་གྱི་རྩས་བརྒྱད་དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་  
ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་འདོད་ཡོན་གྱི་ལྷ་མོར་བསམ། པར་བྱས་པས་ཐང་པོའི་སྤྲོན་མཆོག་  
དུ་བསམ། པར་བྱས་པས་ཐང་པོ་སྤྲོན་མཆོག་པའི་ལོ་ཏྲོག་གྱུར་གྱུས་གྱི་སྤྱང་རི་ཅན་དན་

གྱི་ནགས་ཆལ་དུ་བསམ། བཅུ་ལྔ་བ་གདུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་དུ་བསམ། ཞེས་གསལ་  
གདབ་ལ། ལྷ་དང་མིའི་དབལ་འགྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་འདི། ལྷ་མ་ཡི་  
དམ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་ལ་འབྱུང་བར་དམིགས་ནས། བགས་པ་གསེར་གྱི་ས་གཞི་  
ལ། །སེན་མཛུབ་ལྷགས་རིས་བསྐྱོར་བའི་དབྱུས། །ཁོག་ཐོམ་རི་རབ་ཁང་བཟང་ལ། །མིག་  
གཉིས་ཉི་མ་ལྷ་བས་བསྐྱོར། །སྒྲེར་བཞི་སྒྲིང་བཞིར་བཅས་པ་སོགས། །ལུས་མཐུལ་ཡོངས་  
སུ་རྫོགས་པ་འདི། །ལྷ་མ་དཀོན་མཆོག་ཡི་དམ་ལ། །མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་ནམས་ལ་  
འབྱུང། །བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། །པཱེ་ཅེས་བས་མཐུལ་ཕུལ་བའི་ཡུལ་  
ཡུལ་ཅན་ཐམས་ཅད་དམིགས་མེད་གྱི་ངང་ལ་བཞག་པ་མཐུལ་ཕུལ་བའི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་པ་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི། སྤྱི་གཙུག་པད་ལྷའི་གདན་སྟེང་ན། །ཅ་བརྒྱད་ལྷ་མ་  
ནམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཆོས་ཉིད་དག་སྤྲང་གཞལ་ཡས་ན། །ཡི་དམ་ལྷ་ཆོགས་  
ནམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །དམ་ཆོག་སྤྲང་ཞིང་བསྟན་པ་སྐྱོང་མཛད་པ། །ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་སྐྱོང་སྤྲང་མ་ནམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནམས་ལ་བྱིན་  
གྱིས་རྒྱབས། །བྱ་སྤྱེ་མེད་དབྱིངས་སུ་ལམ་སྟོང་འདས། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་  
སྟོལ། །རྟེན་བར་ཆད་ལམ་དུ་སྐྱོང་དུ་གསོལ། །པཱེ་ཅེས་བས་ལྷ་མ་ཡི་དམ་ཆོས་སྐྱོང་དང་  
བཅས་པ་ལ་གསོལ་བ་ལེགས་པར་ཐོབས་ཨང་སྟམ་པའི་ངང་ལ་རིག་པ་རྩར་གྱིས་སྤྲང་  
ནས། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའི་སྐྱབས་ཡུལ་དུ་ང་ཉིད་བསྐྱོམ་པའི་ཐུགས་ཀ་ནས་མར་མེ་  
གཅིག་ལས་གཉིས་ཆད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ང་ཉིད་རིགས་བཞིའི་མཁའ་འགྲོ་དང་བཅས་པ་ལ་  
མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་དབག་དུ་མེད་པས་བསྐྱོར་བ་དང་བཅས་པ་རང་ཉིད་འདུག་པའི་  
གནས་སུ་འུར་གྱིས་བྱོན་ནས། ང་ཉིད་གཙོ་འཁོར་ལྷ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་པོ་ཁྱེ་གང་གི་ནམ་  
མཁའ་འདུག་ཅིང་འཁོར་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ནམས་དང་བཅས་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་  
བསམས་ཏེ། ཆོས་ཉིད་དབྱིངས་ལ་གཤེགས་བཞུད་མི་མངའ་ཡང་། །དོན་འགག་མེད་  
ཤུགས་འབྱུང་ཐུགས་རྗེ་ཡིས། །རྩུ་འཕྱུལ་སྤྲུང་བར་འདིར་གཤེགས་ལ། །བདག་ཅག་ཁྱེད་

ཀྱི་རྗེས་འདྲུག་དང་། །མ་རིག་འབྲུལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །མས་ངེས་པར་ཐུགས་རྗེས་  
གཟུང་དུ་གསོལ། །དོན་ངེས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། །མ་ཆོས་དབྱིངས་ནམ་  
མཁའི་སྒྲོང་ཡངས་ནས། །མཁའ་འགྲོ་མང་པོའི་ཆོགས་དང་བཅས། །གཉན་ས་འདི་དུ་བྱིན་  
པོ་བས་ལ། །གཉན་ས་འདིར་འདུས་ལྟ་འདྲེ་རྣམས་ལ་ཐུགས་རྗེས་བྱངས། །ཁམས་གསུམ་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །བདག་དང་མོས་པའི་བྱ་ལ་དངོས་བྱ་བ་  
སྒྲོལ། །སྤྱི་གཙུག་རྒྱན་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ། །བཞུགས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་  
གསོལ། །པཌ་ཅེས་པས་ང་ཉིད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་ལུང་གིས་ཕྱོན་ནས།  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཤེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས། ཐམས་ཅད་ལ་དད་སེམས་དྲུང་དེ་བ་  
སྤྱོད་པར་བསམ་ལ། བྱིན་པ་བ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

དུག་པ་ལ་ལྟ་སྟེ། ལུས་འདོད་ཡོན་ལྡན་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་། མཆོད་པའི་སྤྱིན་  
ལུང་དུ་དམིགས་ནས་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲོང་དང་བཅས་པ་ལ་མཆོད་པ་འབྲུལ་  
བ་དང་གཅིག །ལན་ཆགས་ཀྱི་མགོན་ལ་ལན་ཆགས་འཇལ་བ་དང་གཉིས། རིགས་དུག་  
ལ་སྤྱིན་པ་བྱང་བས་རིགས་དུག་གི་གནས་སྒྲོངས་པར་བྱེད་པ་དང་གསུམ། དཀར་  
ཕྱོགས་སྒྲོང་བའི་གཞི་བདག་དང་སྤྱི་ལ་སོ་སོའི་འདོད་ཡོན་སྤྱིན་པ་དང་བཞི། ལྟ་འདྲེ་  
འཛིགས་སུ་དྲུང་བའི་གདུག་པ་ཅན་ལ་ཤ་ཁག་སྒྲོན་པས་ཆེས་པར་བྱེད་པ་དང་ལྔ། ལྟ་འདྲེ་  
དང་པོ་ནི། ལུས་སེམས་ཕྲལ་བ་གོང་དུ་བཞུགས་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། རྣམ་ཤེས་སྤྱི་ཐོར་ཐོན་  
པ་ཏ་ཡིག་དམར་པོར་བསམ་པའམ། ཡང་ན་ངའི་ཐུགས་ཀར་པོངས་ལ་རང་བཞིན་གྱི་ཏ་  
ཡིག་དམར་པོ་གཅིག་ལས་མཁའ་འགྲོ་མ་དམར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཐུག་གཉིས་གཡས་གྱི་  
ཀྱུག་དང་གཡོན་ཐོད་པ་བསྐྱམས་པ། རུས་པའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་གཟེ་བརྗིད་དང་ལྗན་  
པ། ཞབས་གཉིས་གར་སྐྱབས་ཀྱིས་བཞེངས་པ་གཅིག་དུ་དྲེའི་སྟེ་བསྐྱེད།

པཌ་ཅུས་པའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་སྒྲོས་ཏེ། ངའི་ཐུགས་ཀར་ཐོག་  
ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད། འོད་ཟེར་ཕྱིར་འགྲོས། འཁོར་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ལ་ཐོག་པས་

རང་དང་འབྲ་བ་འཕྲོས་ཏེ་མཁའ་འགྲོ་མ་དཔའ་མོའི་འཁོར་དུ་གྱུར། རའི་སྤྲུགས་ཀ་ནས་འོད་  
ཟེར་དཔའ་སྤྲུག་འཕྲོས་པས་མཁའ་འགྲོ་མ་དཔའ་མོའི་སྤྲུགས་ཀར་ཐེམ་པས་སྤར་བས་  
ཀྱང་གཟི་བརྟེན་ཆེར་འབར་ཞིང་ལས་བྱེད་པའི་མཐུ་དང་ལྷན་བས། ལས་བྱེད་ཀྱི་མཁའ་  
འགྲོ་མ་དཔའ་མོ་འཁོར་དང་བཅས་པས་གར་བྱུག་བྱུག་བྱེད་ཅིང་། གི་གྲུག་གདེངས་པས་  
རོའི་བགས་བ་བཤུས་ཏེ་མགོ་ཤར་དུ་བསྟན་ནས་གན་རྒྱལ་དུ་བཏིངས་པས་སྟོང་གསུམ་  
ཅུ་བཤམ། མཐའི་སྤྲུགས་རི་གཅིག་གི་ནང་ཅུ་མམ། སྤྱིང་བཞིའམ་སྤྱིང་གཅིག་གས།  
པོད་ཁམས་སམ། གར་འདུག་པའི་ཡུལ་ཤེས་ཆད་དམ། དཔག་ཆད་ལྔ་བརྒྱ་བཤམ། མིག་  
རྒྱང་གར་བ་ཡན་ཆད་སྟོས་གར་འཆུན་ཆོད་ཅུ་ཀྱི་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་སྤྲ་ལའི་འོད་ཀྱི་  
དཀྱིལ་འཁོར་དང་། གསེར་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་དག་པའི་སྟེང་དུ་ལུས་ཀྱི་རྒྱང་ལས་  
རྒྱང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་ལུས་ཀྱི་རྟ་དཔའ་པོ་མའི་རང་བཞིན་གྱུ་གསུམ་པའི་  
གྲ་གསུམ་དུ་ཨ་ཡིག་གིས་མཆན་བ་ལ་མི་མགོའི་སྟེང་དུ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་ཨ་ལས་ཐོད་བ་  
ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་དབུལ་བ་རང་ལ་བསྟན་པའི་ནང་དུ་ཤ་རུས་རྣམས་གསེ་གདུབ་ཁག་  
དང་བཅས་བ་སྤངས་པས་རི་རབ་ཅུ་ལྷུར་པའི་སྟེང་དུ་བྱང་སེམས་དཀར་པོ་རྩ་བ་ལྟ་  
བུའི་སྟེང་དུ་རྩྱ་ཡིག་དང་། འོག་ཏུ་རྩྱ་ཡིག་གིས་མཆན་བར་བསམས་ནས། རང་ཉིད་ལས་  
བྱེད་ཀྱི་སྤྲུགས་ཀའི་ས་པོན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཨི་ལ་ཕོག་པས་རྒྱང་གཡོས། མེ་སྤར།  
ཐོད་བ་ཐོས། ཤ་ཁག་རྣམས་ཁུ་ཞིང་ཁོལ། རང་གི་མགིན་པའི་ཨ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཤ་  
ཁག་གི་ཕྱང་པོ་ལ་ཕོག་པས་དེའི་དངོས་པོ་སྤངས་ནས་འོད་དུ་བྱུ། སྤྱི་པོའི་ཨི་ལས་འོད་ཟེར་  
འཕྲོས། བྱང་སེམས་རྩ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་ཕོག། བྱང་སེམས་ཁུ་ནས་རྩྱ་ཡིག་བརྒྱད་  
ནས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བྱང་བས་ཐོད་པའི་ནང་དུ་སྤྱང་། རྩྱ་ལས་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་  
འཕྲོས་པས་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་རིགས་ལྔ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་  
རྣམ་པར་སྟན་བྱངས་ནས། བདུན་གྱི་རྣམ་མཁར་ཕྱོན་ནས་སྟོམས་པར་འདུག་པའི་སྟོར་  
མཆོམས་ནས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་མར་བྱང་བས་རྩྱ་ཡིག་བྱང་སེམས་རྩྱ་ཡིག་དང་བཅས་བ་

འོད་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐོད་པའི་ནང་དུ་ཐིམ་པས། དམ་ཆོག་པ་དང་ཡེ་ཤེས་པ་དབྱེར་མེད་གཅིག་  
དུ་འདྲེས་ནས་ཁོལ་བའི་སྒྲངས་པ་འོད་ཟེར་ཁ་དོག་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ནས་མཁའ་ཁམས་གང་  
བར་གྱུར་པའི་སྣ་ལ། ལྷ་མོ་གཟུགས་དྲེ་རྩེ་ལ། སྒྲ་དྲེ་རྩེ་ལ། ཇི་དྲེ་རྩེ་ལ། རོ་དྲེ་རྩེ་ལ། དེག་བྱ་  
དྲེ་རྩེ་མ་སྟེ། འདོད་ཡོན་གྱི་ལྷ་མོ་ལྷ་དང་། ཆོས་གྱི་དྲེ་རྩེ་ལ། ཡོན་ཆབ་མ། ལྷས་ཆབ་མ།  
མེ་ཉོག་མ། བདུག་སྟོས་མ། མར་མེ་མ། ཇི་ཆབ་མ། ཞལ་ཟས་མ། རོལ་མོ་མ་སྟེ་མཆོད་  
པའི་ལྷ་མོ་རྣམས་དང་བཅས་པའི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱི་གཡས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀ་སྤྲ་ལ་  
བདུད་རྩིས་གང་བ་བསྐྱམས་ཤིང་། གཡོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རྟགས་ཀྱི་མཆོད་རྩིས་  
བསྐྱམས་ནས་གར་ལྷག་ལྷག་བྱེད་ཅིང་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་དང་། འོད་ཟེར་དེ་ཉིད་ཀྱང་  
འཕལ་དང་། གཟུགས་དང་། རྒྱལ་མཆོན་དང་། བ་དན་དང་། རྩ་རེ་དང་། འཕྱར་མ་དང་།  
བཟླ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་དང་། རྒྱལ་སྤྱི་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་བདུན་དང་། རོལ་མོའི་བྲེ་བྲག་སྣ་  
ཆོགས་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མཆོད་པའི་བྲེ་བྲག་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བས་  
ནས་མཁའ་དབྱིངས་ཐམས་ཅད་སྤྱིན་ལྟར་འབྲིགས་པར་དམིགས་ནས། རྩ་མ་བརྒྱད་པ་  
དང་བཅས་པ་རྣམས་དང་། ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོགས་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རང་རྒྱལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཕྱལ་བས། མཉེས་  
ནས་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རྩེས་སུ་བཟུང་བ་དང་། རོར་འཁྲལ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་  
ལས་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པ་དང་མ་རོར་བའི་ལམ་མཆོག་དམ་པ་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་མཛད་པར་  
གསོལ་བ་བཏབ་ནས། བཞུགས་པར་བྱའོ།

དེ་ནས་རང་གི་ཡི་དམ་དང་། རྒྱུད་སྡེ་བཞིའི་ལྷ་ཆོགས་དང་། དཔའ་པོ་དཔའ་མོ་  
མཁའ་འགྲེལ་ཆོགས་དང་བཅས་པ་ལ་འདོད་ཡོན་ལྷའི་མཆོད་པ་ཕྱལ་བས། ཐུགས་རྒྱུད་  
མཉེས་ནས་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་བྱུང་དང་། ཐུན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་དང་། མཆོག་  
གི་དངོས་བྱུང་སྟོལ་བ་དང་། ལྷ་དཔར་དུ་སྒྲག་པའི་སྒྲ་མེད་དྲེ་རྩེ་ཐེག་པའི་ས་ལམ་མ་རོར་  
བ་བཟོད་ནས་ལམ་རྫོགས་པར་མཛད་པའི་སྒྲག་པའི་ལྷ་མཆོག་དམ་པ་མཛད་པར་གསོལ་

བ་གདབ་པའི་དམིགས་པ་དང་བཅས་པའུ་བྱ། དེ་ནས་དཔལ་ལྡན་མགོན་པོ་ལྷན་པའ་ལ་  
སོགས་པ་ནང་དང་ཕྱི་འཛིན་སྐྱོད་པོ་རྒྱུད་པོ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱལ་བས། ཐུགས་དམ་  
བསྐྱངས་ནས་བདག་གི་འདོད་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་འབྲུབ་པ་དང་། ས་ལམ་ལ་བདུད་ཀྱིས་  
བར་ཆད་མི་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་དང་། འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པ། འཕྲིན་ལས་རྣམ་པ་  
བཞི་འཛིན་སྐྱོད་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་། མཐུ་དཔུང་  
མཛད་པར་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་པའུ་བྱ་བྲག་པོས་དམིགས་པ་གསལ་གདབ་པར་བྱེད་ཅིང་།  
མཆོད་པ་མཆོད་ཟུང་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་འོད་ཟེར་སྟོན་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་རྒྱུད་བཏང་  
ནས་པའུ་བྱ་མཐའ་གཅོད་པར་བྱེད་པ་ནི། ལུས་འདོད་ཡོན་ལྡན་བསྐྱེད་ནས། རྩ་མ་སངས་  
རྒྱས་བྱང་སེམས་ལ་སོགས་པ་དང་། ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་བྱི་ནང་གི་ཆོས་སྐྱོད་  
དང་བཅས་པ་མཉེས་པར་བྱེད་པ་ནི་ལུས་འདོད་ཡོན་ལྡན་འབྲུལ་བའི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ཐོད་ཞལ་མ་དང་། བདུད་ཅི་བྱས་འབྱེད་མ་བྱེད་པར་སྟོན་ན། སྤར་བྱེད་རང་  
རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་ལ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱས་པས་ཆོག །གཉིས་པ་པའུ་བྱས་པས་མེ་རྒྱུད་  
གཡོ་བ་དང་ཐོད་པ་བདུད་ཅི་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ལན་ཆགས་ཀྱི་མགོན་རྣམས་ཀྱི་  
འདོད་ཡོན་དུ་བསྐྱར་བའམ། ཡང་ན་མེ་རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་མེ་དམིགས་པའི་རང་ལས་རང་  
གི་ལུས་རོའི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པར་བསམས་ནས། ལན་ཆགས་ཀྱི་མགོན་ནི་ཁ་དོག་མི་འབྲ་བ་  
སྤྲ་ཆོགས་པ་ལ་སྤྱིང་བཞི་མི་རིགས་མ་ཆང་བ་མེད་པ། དབྱིབས་མི་པོ་མོ་གཟུགས་བཟང་  
བ་ལྟ་བུ་གོས་དང་རྒྱན་ཁ་དོག་སྤྲ་ཆོགས་པ་དང་ལྡན་པ། སོ་སོར་ལན་ཆགས་པ་གང་ཡོད་  
པ་ལ་གདུང་བ་བྲག་པོ་སྐྱེ་ཞིང་བསྐྱེད་ནས་ཆགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་རང་ལ་མོས་གིང་འདུད་  
པ། སོ་སོར་འདོད་ཡོན་ཐོབ་པས་སྤར་བས་བཟུགས་མདངས་དང་ལྡན་ནས་ལན་ཆགས་པའི་  
སེམས་དང་བྲལ་ཞིང་ཆོས་ལ་མོས་པའི་དད་པ་དུང་ངེ་བ་སྐྱེ་བར་བསམ་ལ། རང་གི་ལུས་  
དང་། སྟོག་དང་། འོངས་སྟོན་དང་། ཁ་རྩེ་དང་། དབང་ཐང་དང་། བཟུགས་དང་། མདངས་  
དང་། དཔལ་དང་། འབྱོར་པ་དང་བཅས་པའི་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཡུལ་མཁར་

དང་། རེ་ཕུ་ལྷག་དང་། ཉ་དང་། སྒང་པོ་ཆེ་དང་། དར་དང་། ཟ་འོག་དང་། རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་  
 ཆོགས་དང་། འབྲུ་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་པ་དང་། ཟངས་ཆས་དང་། གོས་སྒྲ་ཆོགས་པ་དང་།  
 ཨ་དང་། ཁྲག་དང་རུས་པ་དང་། བགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་ཀྱི་བྱུང་བར་བྱེ་བྲག་མ་  
 ཆང་བ་མེད་པའི་ཤ་ཁྲག་ལ་སོགས་པ་ལས་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་པའི་འདོད་ཡོན་ལུན་སྒྲ་  
 ཆོགས་པ་དང་། སྒྲ་དང་བ་སྒྲ་ལས་གྲུབ་པའི་མེ་ཉོག་དང་། ཤིང་སྒྲ་ཆོགས་པ་དང་། རོན་  
 སྒོད་ལས་འདོད་ཡོན་ཀྱི་འངའ་ཆོན་སྒྲ་ཆོགས་པ་འཁྲིགས་པ་དང་། དབྱགས་དང་། རྒྱང་  
 དང་། རྫོང་དང་རྒྱངས་པ་ལས་འདོད་ཡོན་ཀྱི་ན་བྱན་དང་སྒྲིན་ཆེན་པོ་འཁྲིགས་པའི་  
 བགོགས་རིགས་ལན་ཆགས་པ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་པའི་ཡོན་ཉན་ལྟ་མ་ཆང་བ་མེད་པར་  
 བསམས་ནས། བདག་གིས་ཆེ་རབས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཐ་མ་ད་ལྟ་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་  
 བསད་བསད་བས་ཆེ་ཐུང་པའི་ལན་ཆགས་པ་དང་། བརྒྱུད་བརྟེན་བྱས་པས་ནད་མང་པའི་  
 ལན་ཆགས་པ། སྒོགས་བཅོམ་བྱས་པས་ནོར་གྱིས་དབྱལ་བའི་ལན་ཆགས་པའི་བདག་པོ་  
 བདག་མོ་བགོགས་རིགས་སྒོང་ཐུག་བརྒྱུད་ཅུ། གྲེས་པའི་གདོན་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་  
 པ་ལན་ཆགས་ཀྱི་མགོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་ཆོམས་ནས་བྱ་ལོན་འཁོར། ལན་  
 ཆགས་བྱང་། ཨ་འཁོན་ཞི། འབྲེལ་ཐག་ཆོད་ནས་ལན་ཆགས་ཀྱི་མགོན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་  
 དང་ལྷན། སྒྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ནས་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་གྱུར་  
 ཅིག །ཅེས་པ་དང་། བཞུགས་པས་མགོན་རྣམས་དང་གཏོར་མ་གཉིས་ཀ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་  
 པའི་ངང་ལ་དར་ཅིག་བཞག་པ་ལན་ཆགས་གཏོར་མའི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ་བྱ།

གསུམ་པ་ནི། རིན་པོ་ཆེའི་སྒོད་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཤེལ་ལྟར་གསལ་བ་བྱི་ནང་སྒྲིབ་  
 མེད་ཟངས་ཐལ་ཆེན་པོ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་པའི་ནང་དུ་རང་གི་ལུས་འདོད་དུ་ཁྱུ་བཟམ། ཡང་  
 བ་ལན་ཆགས་གཏོར་མའི་ལྷག་མ་དེ་ཉིད་འདོད་དུ་ཁྱུ་བ་ལས་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 བདུད་ཅི་དཀར་ལ་དམར་པའི་མདངས་ཆགས་པ། རོ་མཆོག་བརྒྱ་དང་ལྷན་པ། སྒྱག་  
 བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་རྒྱས་པའི་བརྒྱུད་ལུན་སྒྲ་ཆོགས་པ། འདོད་པའི་ཡོན་ཉན་



ཐམས་ཅད་མ་ཆང་བ་མེད་པ། འཆི་བ་སོས་ཤིང་ན་བ་སྟོང་བར་གྱུར་པའི་སྤྲན་མཆོག་ལྟ་  
 བྱ། དེག་པ་ཅམ་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱས་པ་གཅིག་ཏུ་བསམ་ལ། རང་གི་  
 ཐུགས་ཀ་ནས་ལྟ་མོ་དཀར་མོ་ཞལ་གཅིག་ཐུག་གཉིས་ཀྱིས་ཐོད་པ་དཀར་པོ་དེ་དེ་ཐོགས་  
 པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོས་པས། སྤྲོད་པའི་ཅེ་མོ་མན་ཆད་དང་། དཔྱལ་བ་མན་ཆད་པ་  
 ཡན་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་དེ་དེའི་མདུན་དུ་ལྟ་མོ་དེ་དེ་བྱོན་ནས་བདུད་ཅི་བྲངས་པས། ཁ་  
 དེག་པ་ཅམ་གྱིས་རང་རང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་ནས་རིགས་  
 དུག་གི་གནས་སངས་ཀྱིས་སོང་བར་བསམ་ལ། བཅུ་གྱིས་གསལ་གདབ། དེ་ནས་ལྟ་མོ་  
 དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱུ་གསུང་ཐུགས་ལས་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས། རིགས་དུག་གི་  
 གནས་སྟོང་བ་རྣམས་ཁྲབ་པར་བསམ་པ་དང་། དཔྱལ་བའི་ཡུལ་ཐམས་ཅད་བྲི་བྱུ་བྱེ་  
 མདོག་ལྟར་དག་ཅིང་རྫོ་རྫེའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པར་བསམ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་བསྐྱེད་  
 གའི་མདོག་ལྟར་དག་ཅིང་བསྐྱེད་པར་བཞིན་དུ་གྱུར། བྱོལ་སོང་གི་གནས་ཤེལ་ལྟར་དག་  
 ཅིང་དཀར་བ་འཁོར་ལོའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར། མའི་གནས་གསེར་ལྟར་དག་ཅིང་རིན་པོ་  
 ཆེའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར། ལྷ་མ་ཡིན་ཀྱི་གནས་མར་གད་ལྟར་དག་ཅིང་རྒྱ་གམ་གྱི་རང་  
 བཞིན་དུ་གྱུར། ལྷའི་གནས་སྟོང་གསལ་འོད་ལྷ་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པར་  
 བསམས་ནས་བཅུ་གྱིས་གདབ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་རིགས་དུག་སྤྱི་ཅམ་དུས་གཅིག་ལ་  
 དམིགས་པས་མ་འཆུན་ན། ལྷ་ཆོགས་རྣམས་དཔྱལ་བའི་གནས་སུ་སྟོས་ཏེ་དཔྱལ་བ་པ་དེ་  
 དེའི་མདུན་དུ་ལྟ་ཆོགས་དེ་དེ་བྱོན་ནས་བདུད་ཅི་བྲངས་པས་ཁ་དེག་པ་དང་། ལྟ་མོ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་ཐོད་པ་ཐོགས་པ་གཅོད་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཞེ་སྤང་  
 དང་། ཞེ་སྤང་ལས་བྱུང་རྣམས་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་དཔྱལ་བའི་ལས་མཁན་དང་ལས་  
 བཀོལ་ནས་མར་མནར་བའི་ཆ་གང་གཉིས་དང་། སྟེག་གཞུབ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས་གྲོལ་ནས་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ། ཐུགས་བསྟེན་གི་ས་གཞི་  
 ཡང་བྲི་བྱུ་རྫོ་རྫེའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པར་བསམ། དེ་བཞིན་དུ་ཡི་དྲགས་ལ་སེར་སྤྲོ་དང་

བཤེས་སྒྲོམ་ཞི། ཁྱོལ་སོང་ལ་གཏི་ཐུག་དང་སྒྲུབ་མོངས་གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་བའི་ཐུག་  
བསྐལ་ཞི། མི་ལ་འདོད་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་བཤེས་པོངས་ཞི། ལྷ་མ་ཡིན་ལ་སྤག་དོག་དང་  
འཐབ་ཅོད་ཞི། ལྷ་ལ་ང་རྒྱལ་དང་ལྷ་བྱེད་ཀྱི་ཐུག་བསྐལ་ཞི་ནས་སྒྲུབ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
ཐོབ་པར་བསམ་ལ་པཎ་ཀྱིས་གདབ།

དེ་ཡང་རང་གི་ལུས་འདི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་བྱ་དགོས་འདོད་  
ཐམས་ཅད་ཆར་བཞིན་དུ་འབེབས་པའི་གཏོར་ཆེན་པོའི་ཁ་འབྱེད་པས་རིགས་དུག་གི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སོ་སོའི་ཐུག་བསྐལ་ཞི་ནས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ལ་འགོད་པར་བྱེད་  
པའི་གཏོར་མ་འདིས་མགྲོན་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཚུར་བསྐྱུས་པའི་སྐབས་  
མེད་ཅིང་འདུ་མི་ཐུབ་པས། རིགས་དུག་སོ་སོའི་གནས་སུ་ལྷ་མོ་སྒྲོམ་ནས་པར་ལ་བདུད་  
ཅི་འབྱེད་པ་ལ་རིགས་དུག་གནས་འབྱེད་ཟེར་རྟེ། རིགས་དུག་སོ་སོའི་ཐུག་བསྐལ་ལ་  
སེམས་པས་རང་གི་རྒྱུད་ལ་འཆི་མ་འབྱུགས་པ་ཙམ་གྱིས་སྙིང་རྩེ་སྐྱེ་ཅི་ཐུབ་བྱས་ནས་  
མཐར་ལྷ་མོ་ཡང་ན་རྣམས་རང་ལ་བསྐྱུས། གཏོར་མ་གཏོར་སྔོད་མགྲོན་རིགས་དུག་གཏོར་  
མའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་དང་བཙས་པ་མི་དམིགས་པའི་ངང་ལ་བཞག་ནས་པཎ་ཀྱིས་  
དམིགས་པ་རྣམས་གསལ་འདེབས་པར་བྱེད་པ་རིགས་དུག་གཏོར་མའི་དེ་ཉིད་ཡིན་པས་  
ཡིད་ལ་བྱུངས་ཞིག་ཨང་།

བཞི་པ་ནི། སྔོན་གྱི་ལྷག་མ་དེ་ལ་གཞི་བདག་གཏོར་མ་བྱེད་ཀྱང་རུང་། རོ་གསར་  
པ་གཅིག་དུ་དམིགས་ནས་གཏོར་མར་བསྐྱེད་པའམ། ཡང་ན་ལུས་སེམས་སྤལ་ལ། གཞི་  
བདག་གི་འདོད་པའི་ཡོ་བྱེད་འདི་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ་ཡིད་ལ་བྱུངས། ལྷ་པ་གཞུང་  
བ་ཆོལ་བུ་གསུམ་དཀར་གསུམ་ཞེས་པ་ཞོ་དང་འོ་མ་མར་དང་གསུམ་དུ་བསྐྱེད་དེ་  
པཎ་ཀྱིས་གདབ་པོ། །ཞག་དང་། ཞག་དང་། ཆུ་སེར་དང་གསུམ་ལ་མངར་གསུམ་ཞེས་པ་  
སྟེ། ཀ་ར། ལུ་རམ། སྤང་ཅི་གསུམ་ཡིན། ཀར་སྐབས་སུ་ཡོད་པའི་ཀར་མར་དང་བཙས་པ་  
ཐམས་ཅད་ག་བྱར་དང་། གྱར་གྱུམ་ལ་སོགས་པ་སྒྲུབ་བཟང་པོ་སྤྲ་ཆོགས་སུ་བསམ།

ཕགས་པ་སྐད་སྒྲི། མཆེན་ཇི་དང་གསུམ། དར་དང་ཟེའོག་གི་གོས་སྒྲ་ཅན་དང་། ཟུལ་  
བ་ལ་སོགས་པའི་གྲོན་དུ་བརྟུབ་པའི་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པ་གངས་ལས་འདས་པར་བསམ།  
སྒྲིང་ཡིན་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དགོས་འདོད་འབྱུང་བ་གཅིག་དུ་བསམ། མཁལ་མ་  
གཉིས། གསེར། དཔུལ། བཱེུཅ། ཤེལ། ལུ་ཉིག་དམར་པོ། ལྷག་དོ་རྗེའི་སྒྲིང་པོ་བུ་རུ་ལ་  
སོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་པར་བསམ། ཤ་ཐམས་ཅད་ནས་དང་། འབྲས་ལ་སོགས་  
པའི་འབྲུ་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་པ། སྒྲ་ཆོགས་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི། ཤ་ཤོ། གཉན་གཙོད་ལ་སོགས་  
པའི་རི་དྲགས་སྤྱིད་ཆད་ཐམས་ཅད་དུ་བསམ། ལྷག་ཆོགས་བདུན་གཅན་གཟན་སྒྲ་ག་  
གཟིག་ལ་སོགས་སུ་བསམ། ཅིབ་མ་བཙོ་བརྒྱད་མདའ་འཕང་དུ་བསམ། སྒོ་ཡུ། མིད་པ་  
གཉིས་ནམ་མཁའ་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པ། སྒོག་ཙུ་རྒྱུ་རྒྱ་མ་དཀར་ནག་བལ་ཆོན་སྒྲ་  
ཆོགས། ཙུ་དང་རུས་པ་ནམས་དར་སྒྲ་ཆོགས་པ། ཁ་རྒྱངས་པ་དུ་མ་དང་། སོ་ཁྱི་དཀར་  
དང་སྒྲིང་ནག་ཅེས་པའི་གནག་ལྷག་དང་། སེན་མོ་བྱ་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་པ་དང་། མཆེར་བ་  
བ་དང་སྐང་། སྒོ་བ་རྟ། མཆེན་པ་སྐང་པོ་ཆེ་དང་། ཆོགས་ཆེན་བརྒྱད། ཀར་མགོ་ལག་  
མགོའི་རུས་པ་བཞི་དང་བཅུ་གཉིས་སྒྲི་སོགས་བཞི་དང་བཅུ་དྲུག །མན་མཁལ་བྱང་འཛུམ་  
གཉིས་དང་བཙོ་བརྒྱད་ནི་ཁབ་ལ་སོགས་པའི་གོ་མཆོན་སྒྲ་ཆོགས། ཟངས་སྤྱད་དང་གསེར་  
དཔུལ་གྱི་བྱེ་དང་། དམ་མེ་སྤེར་སྤྱད་ལ་སོགས་དཀོར་ཁོར་སྒྲ་ཆོགས་པ་དང་། མགོ་པོ་དུང་  
པོར། པོ་བ། ལོང་ག་དང་གསུམ། ཁང་ཁྱིམ་མཛོད་ཁང་དང་བང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་  
མཁར་དང་། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ལྷ་མེ་ཉོག་སྒྲ་ཆོགས་པ་དང་། བྱང་སེམས་  
དཀར་དམར་གཉིས་ཇི་ཆེན་ཇི་རྒྱུད་གཉིས་དང་བཞི། མཁྱིས་པ་དང་ལྷ། འཆི་མེད་བདུད་ཅི་  
ལྷ་སྒྲི། ཞོ་དང་འོ་མ་མར་དང་གསུམ། ཀ་ར་བུ་རམ་གཉིས་དང་ལྷོ། །སྤྱད་དང་བ་སྤྱ་ཐམས་  
ཅད་ཤིང་གི་སྒྲིང་པོའི་ཆམ་ཆེན་པོ་ཡལ་ག་དང་། འདབ་མ་དང་། ལོ་མ་དང་། མེ་ཉོག་དང་།  
འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་ཤིང་སྒྲ་ཆོགས་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་དང་བཅས་པ་ནམས་གཞི་  
བདག་གི་འདོད་ཡོན་དུ་དམིགས་ལ། དེ་ནས་གཞི་བདག་ནམས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་། བཀུག་

པའི་དང་པོ་གཞི་བདག་རྣམས་ཀྱི་གཞུགས་ཁ་དོག་སྒྲེ་མཆོད་དང་བཅས་པ་ཡིད་ལ་བྱངས་  
དང་འདི་ལྟར་ཡིན། སྤྱིར་གཞི་བདག་དང་སྤྱིའི་མགོན་རྣམས་ཞི་དུལ་དང་ལྷན་པའི་ཚུལ་དུ་  
འབོད་དགོས་པ་ཡིན་པས། གཞི་བདག་རྣམས་ནི་ཤ་མདོག་དཀར་པོ་ཁོ་ནར་དམིགས་  
དགོས་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེས་པ་མེད་པས་སྒྲོན་པོ་དང་། སེར་པོ་དང་། དམར་པོ་དང་། དཀར་  
ལ་དམར་པའི་མདངས་ཅན་དང་། སྒྲོ་ལ་དཀར་པའི་མདངས་ཅན་དང་། དམར་ལ་སེར་པའི་  
མདངས་ཅན་ལ་སོགས་ཤིང་མདོག་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོགས་པ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི། མི་  
གཞུགས་ཤིན་དུ་བཟང་པོའི་དབྱིབས་བཞིན་ཡིན་ལ། རོ་དུས་སྒྲོ་དོ་ཅམ་ཡིན་ཀྱང་། མིག་  
དང་རྩ་བ་ནི་ལྟ་དང་ཅུང་ཟད་འདྲ་བས་ཤངས་རིང་ལ། སྒྲིན་མ་དང་། རྩི་མ་དང་། ཨག་ཆོམ་  
རྣམས་ནི་རང་གི་ཤ་མདོག་དང་མཚུངས་ཤིང་། སྒྲ་ནི་ནག་པོ་དང་། སྒྲོ་སྒྲ་དང་། ཁམ་ནག་  
དང་། དམར་སེར་དང་། སྒྲོན་པོ་དང་ལྷ་ཡིན་ལ་སྒྲ་འཇག་ཞིབ་ལ་རིང་ཞིང་འཇམ་པའོ། །

ཐོར་ཅོག་དང་། བྱེད་བཅིངས་དང་། ལྷག་མདུད་དང་། ཅོད་པན་དང་། དཔྲལ་  
མདུད་དང་། ལྷབ་ལྷབ་མར་འཕྱང་བ་རྣམས་སྤྱིའི་དབྱིབས་ཡིན། མིག་ནི་ཁ་སིང་རེ་འདུག་  
ཅིང་། ཤངས་ཐོར་མཐོ་ལ་ཅུང་ཟད་གྲག་ཅིང་འཇུམ་པའི་བག་དང་ལྷན་པས་གསལ་ཞིང་  
དྲངས་སིང་རེ་བ་ཡིན་ལ། མ་ནི་འབྲིལ་ཆེ་བའི་དཀྱིལ་དུ་སྒྲ་པོན་གཅིག་ཡོད་པ་དང་། སྒྲ་  
མེད་པ་ཡང་ཡོད་ལ། ལྷག་ཁྱུ་དང་། སྒྲ་ཁྱུ་དང་། བན་ཁྱུ་དང་། ཅོག་ཁྱུ་དང་། སོག་ཁྱུ་དང་།  
ཞུ་ཐེབས་དང་། གཏུགས་སྒྲོར་མ་དང་། ཞུ་སྒྲ་དང་། འབོལ་ཅེ་ལོག་དང་། དར་ཁྱུ་དང་།  
དར་ཐོད་ལ་སོགས་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོགས་པ་ནི་ཞུའི་རྣམ་གངས་ཡིན། དུང་དང་།  
ཤེལ་དང་། ལྷ་ཉིག་དང་། གསེར་དང་། ཟངས་དང་། ལྷགས་དང་། བྱ་བྱ་དང་། གཡུ་དང་།  
མཆོང་དང་། མེ་ཉིག་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐིང་བ་དང་། འཕྲུལ་གྱི་ཆགས་ཤིང་དང་། ཞགས་  
པ་དང་། ཤང་ལང་དང་། དག་སྒྲ་དང་། ཐོ་བ་དང་། ཐོར་བ་དང་། མདུང་དང་། རལ་གྱི་  
དང་། དབྱུག་པ་དང་། ཅིས་ཀྱི་བྱང་བྱ་དང་། དེ་རྣམས་ནི་བྲག་མཆོན་གྱི་རྣམ་གངས་ཡིན་  
ནོ། །

སྟག་དང་། གཟིག་དང་། རོམ་དང་། རྩེ་དང་། དབྱི་དང་། གསལ་དང་། སྤང་གི་  
དང་། ཅེ་སྤང་དང་། གོང་མོ་དང་། ཨ་དང་། འཕར་བ་དང་། སེལྟེ་དང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་  
གཅན་གཟན་སྣ་ཆོགས་པ་དང་། འབྲུག་དང་། རྒྱུ་དང་། རྟོད་དང་། རྒྱལ་མོ་དང་། རྒྱང་  
ལྷ་དང་། རྩ་བུ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་རིགས་སྣ་ཆོགས་པ་དང་། གཡག་དང་། ལྷག་དང་། ར་  
དང་། བ་སྤང་ལ་སོགས་སྟོན་མོར་རྣམས་དང་། ཞུང་གཉན་གཅོད་ལ་སོགས་པའི་རི་  
དྲགས་རྣམས་དང་། ཏུ་སྟོན། རེ་འབྲམས། མི་དབྱི། སྤམ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུར་གནས་པ་  
རྣམས་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་པགས་པ་ལས་བྱས་པའི་ཐུལ་བ་དང་། སྤག་པ་དང་། རྟོད་ཀོར་  
དང་། སྤྲད་དགེས་ལ་སོགས་པ་དང་། གོས་དར་དང་། ལྷ་སྤྲུག་སྣམ་བུའི་རིགས་ཐམས་  
ཅད་དང་། རས་ཁ་དོག་སྣ་ཆོགས་པ་དང་། ཕྱིང་བྱ་དང་། དེ་རྣམས་ཁ་དོག་མི་འབྲ་བ་སྣ་  
ཆོགས་པའི་ཐུལ་སྤག་རྟོད་ཀོར་སྤྲད་གཡོགས་དང་ཡུག་དགེས་ལ་སོགས་པ་གོས་མི་འབྲ་  
བ་དུ་མ་ཞིག་བྱས་པ་ནི་གོས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡིན་ནོ། །

ཏྲ་ནི་དཀར་པོ་རྩ་མ་དང་རྩོག་མ་དམར་པོ་རྩ་བཞི་ནག་ལ་མིག་བཞི་སྟོན་པོ་དང་།  
དམར་པོ་རྩ་རྩོག་དཀར་ལ་རྩ་བཞི་སྟོ་ལ་མིག་བཞི་ལྷང་བ་དང་། སེར་པོ་རྩ་རྩོག་ནག་ལ་  
རྩ་བཞི་དམར་ཞིང་མིག་བཞི་དཀར་བ་དང་། ནག་པོ་རྩ་རྩོག་སེར་ལ་རྩ་བཞི་ལྷང་བ་  
མིག་བཞི་དམར་བ་དང་། སྟོན་པོ་རྩ་རྩོག་ལྷང་ལ་རྩ་བཞི་སེར་ཞིང་མིག་བཞི་ནག་པོ་དང་།  
དཀར་པོ་ལ་ནག་པོའི་ཤོལ་རིས་དང་། དམར་པོ་ལ་སེར་པོ། སེར་པོ་ལ་སྟོན་པོ། ནག་པོ་ལ་  
དཀར་པོ། སྟོན་པོ་ལ་དམར་པོའི་ཤོལ་རིས་རྩ་བཞི་མིན་པའི་མགོ་ལྷས་ཀྱན་ལ་ཁ་ཆག་  
གེ་ཡོད་པ་དང་། དེ་འབྲ་བ་མ་ཡིན་པའི་མགོ་ལྷས་དང་རྩ་བཞི་ཀྱན་མདོག་གཅིག་པའི་སྟུ་  
མདོག་མི་འབྲ་བ་ཁ་དོག་སྣ་ཆོགས་པའི་རྟ་རྣམས་ནི་རྟ་གཤོག་རིང་ཞིང་མགོ་འཕང་མཐོ་ལ་  
སྣ་པོར་ཆེ་བ། རྩ་བཞིའི་ཆོགས་རིང་ཞིང་། རྩ་དབྱང་ཆེ་ལ་ཞུ་ཞིན་ཏུ་རྒྱས་ཤིང་། སྟུ་  
རྣམས་སྟུམ་ལ་བརྩེད་པའི་རྟ་རྣམས་དང་། རྩ་མོང་དང་། བོང་བྱ་དང་། གཡག་རྟོད་དང་།  
དེ་རྣམས་ནི་བཞེན་པའི་བྱང་པར་ཡིན་ནོ། །

གསེར། དུལ། གཡུ། ཟངས། ལྷགས། ཤེལ། མཆོད། རྩེ། རྩོ། བས། ཤིང་  
དང་། དེ་རྒྱམས་ལས་བྱས་པའི་སྒྲ་རྒྱམས་དང་། བོད་དུ་བཤད་པའི་བོས་རྒྱམས་དང་ས་  
གདན་དང་གཟར་དང་། སྒྲ་རང་རང་གི་རྒྱ་ལས་བྱས་པའི་སྒྲོ་བོད་མེད་གསུམ་ལ་སྤྱི་གི་  
རྒྱ་པོ་དང་། ལྷག་ཤར་དང་། དར་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ཅོད་པན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ནི་སྒྲ་ལྷན་གྱི་ཁྱད་  
པར་ཡིན་ནོ། །

མོ་རིགས་རྒྱམས་ནི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་པོ་རིགས་རྒྱམས་དང་འབྲེལ། བོད་དུ་  
བཤད་པའི་དུང་ནས་མེ་རྟོག་གི་བར་རྒྱམས་ཀྱིས་མགོ་མགུལ་བརྒྱན་ཅིང་། སྒྲ་ལན་བྱ་བྱར་  
དུ་སྒྲོལ་བ་དང་། དུང་དང་མེ་རྟོག་གི་སྤེང་བ་རྒྱམས་ལག་ན་ཐོགས་པ་དང་། ཡང་ལ་ལ་ནི་  
གསེར་དུལ་གྱི་མེ་མོང་དང་། མདའ་དར། བི་ཤང་། སྤིང་བྱ། བྱེ་མར། བུམ་བ་དང་། དེ་  
ལ་སོགས་པའི་མཆོད་ཆ་སྒྲ་ཆོགས་པ་རྒྱམས་བསྐྱམས་པ་དང་། ལྷག་ཤར་གྱིས་གཡས་  
གཡོན་དང་རྒྱབ་དུ་བརྒྱན་པ་ཡིན་ཅིང་། རྩེ་དང་། ཤར་བ་ཡུ་མོ་དང་། ར་མོང་དང་། བག་བ་  
དང་། མགྱི་མ་དང་། རྩེ་མོང་དང་། དེ་རྒྱམས་ནི་བཞོན་པའི་ཁྱད་པར་ཡིན་ནོ། །

ས་ཡངས་པ་ཅན་དུ་ན་བྱན་འཁྲིགས་པ་ལྟར་དལ་བྱས་ཅི་མི་མི་འོང་བར་རིགས་  
པར་བྱའོ། །དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་རྒྱམས་ཀྱི་བཞོན་པ་ནི་བོང་བྱ་དང་། གཡལ་དང་། དྲགས་  
ཀྱི་དམའ་བ་རི་བོང་དང་། གཅན་གཟན་ངན་པ་བསྐྱེ་མོང་དང་། འདབ་ཆགས་ངན་པ་བ་ཤང་  
དང་། རྒྱར་གནས་ངན་པ་ལྟོང་མོ་ལ་སོགས་པའི་བཞོན་པ་དང་། ལྷང་འགྲོས་རྒྱམས་ནི་སྤྲོན་  
མ་བས་མདོག་ངན་ལ་ལུས་ཀྱང་རྩེད་རྩེད་ལ་རིགས་ནི་འབྲེལ་བ་ལས། བསྐྱ་ཤིང་དང་།  
ཡོས་བལ་དང་། སྤང་རྟེན་དང་། བྱག་མ་དང་། སྤྱད་ཤན་དང་། ཐེ་བྱ་དང་། རི་འབྲིང་བྱ་  
རྒྱམས་བརྩུང་ནས་རྒྱང་གཤམ་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡིན་པ་དང་བཅས་པའི་མགྲོན་  
རྒྱམས་ལྷར་གྱིས་བྱིན་ནས་སོ་སོར་འདོད་ཡོན་བསྐྱོས་པས་སོ་སོར་ཆོམས་ནས། དགའ་  
མགུ་ཡི་རངས་དང་ལྷན་ཞིང་སྤར་བས་མདངས་གསལ་ཞིང་། ཞི་དུལ་དང་ལྷན་པ་དང་དད་  
སེམས་དུང་རེ་བ་གཅིག་སྒྲེས་ཤིང་། གུས་པའི་རྩལ་གྱིས་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་བཞིན་དུ་

བསྐྱབ་ཅིང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པར་བསམ་ཞིང་། འདོད་ཡོན་བྱིན་  
པའི་ཆོག་འདི་བརྟེན་དོ། །

བདག་ལུས་གདོས་བཅས་ཕྱང་པོ་འདི། །དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་སྟན་གྱི་  
ཆོགས། །དར་ཐབ་དང་ནི་རིན་པོ་ཆེ། །འབྲུ་སྒྲ་དང་ནི་འདོད་ཡོན་སོགས། །བ་སྒྲང་ཏྲ་དང་  
སྒྲང་པོ་དང་། །དཀོར་ནོར་སྒྲ་ཆོགས་བར་མཛོད་དང་། །མེ་ཏོག་ཅི་སྟན་ནགས་ཆལ་  
དང་། །གཞི་བདག་འདོད་པའི་ཡོད་བྱད་རྣམས། །འདོད་དགུའི་ལོངས་སྟོད་བསམ་མི་  
བྱུ། །བདག་ལ་མེད་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །ཅི་འདོད་ཅི་དགོས་བདག་གིས་སྟོན། །གཞི་  
བདག་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་འབྲུལ། །ལྷག་མ་མེད་པར་བཞེས་ནས་ཀྱང་། །དགའ་མགུ་ཡི་  
རངས་ལྷན་རྒྱུ་ཅིག །གཏུག་རྒྱུ་བསམ་ངན་ཞི་ནས་ཀྱང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་ལྷན་  
རྒྱུ་ཅིག །མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་འཕྲོ་བ་པར་ཤོག །པཌ་ཅེས་པས་མགྲོན་དང་། འདོད་  
ཡོན་གྱི་མཆོད་རྣམས་དང་། དེ་ཡི་སེམས་རྒྱད་དང་བཅས་པ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་ངང་ལ་  
མཉམ་པར་གཞག་པར་བྱའོ། །

ཡང་ལས་ལ་བསྐྱལ་བར་འདོད་ན། དང་པོ་ནས་ར་མདའ་བརྒྱུག་པའི་དོན་ཏུ་  
བཀུག་པས། མགྲོན་ཐམས་ཅད་ཁྲིམ་པའི་གཞུགས་ཅན་འཇུག་བག་མེད་ཅིང་ཏུར་རེ་ཁྲིམ་  
ཤིང་མིག་དམར་ཁྲུག་ཁྲུག་བྱེད་ཅིང་ཞེ་སྒྲང་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཏུ་བསམ། སྒྲའི་རྒྱུ་ལས་  
བྱས་པའི་ཁྲབ་དང་ཚོགས་ལ། སྒྲག་གཟིག་གཉིས་དང་། རོམ་བྲེད་གཉིས་དང་། དེ་བཞིའི་འཕྲོ་  
ལ་བྱ་ཆོད་དང་ཁྲུང་གི་གཤོག་པས་བརྒྱན་པ་ཅན་དང་། འཁོར་གསུམ་སྐྱེད་ལ་བསྐྱོར་བའི་  
གཡོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཅི་དང་གཞུ་མཆོག་བསྟོལ་བ་ཀུན་ལ་འབྲུ་མོད། གཡས་སུ་སག་  
སྒྲག་དང་། རོང་བཀྲ་དང་། བསེ་ལས་བྱས་པའི་དོང་བ་བཏགས་པ་དང་། མདུང་རྩོད་རང་  
དང་ལྷན་པ་ལ་བ་དན་དཀར་པོ་བཏགས་པ་ཀུན་གྱིས་ལག་ཏུ་བཟུང་བ་འབྲུ་ལ། མོ་རིགས་  
རྣམས་ཀྱིས་ཞགས་པ་དང་། ཅིས་བྱང་། ཤང་ལང་། དག་སྒྲ། རོར་བ། རོར་བ་དེ་རྣམས་ལག་  
ཏུ་ཐོགས་ནས། སྒྲག་གཟིག་ལ་སོགས་པའི་གཅན་གཟན་རྣམས་ལ་བཞོན་པ། བཞོན་པའི་

ཆན་ཆོན་ཐམས་ཅད་སྒྲུལ་ལས་བྱས་པ་ཀུན་ལ་འདྲ་ཞིང་། རྒྱང་དག་པོས་སེར་སྒྲིན་གཡོ་བ་  
བཞིན་ལང་ལོང་། ཆབ་ཚུབ། མེར་མེར་བྱེད་ཅིང་འོང་བ་ལ་ཤ་ཁྲག་གསོལ་བས། སྤར་བས་  
ཀྱང་ཞེ་སྤར་དང་ཁྲོ་ལ་གཏུམ་པོར་གྱུར་བ་དེ། གང་ལ་ཐད་པར་གྱུར་བ་དེ་བརྒྱག་པའི་  
དམིགས་པ་བསྟན་ཀྱང་དག་འཛམས་བྱེད་ནག་སྒྲོར་ཕྱང་ཤིག་གི་དམིགས་པས་གཟེར་ལ།  
ལས་ངན་བསགས་པའི་དག་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་བསྐྱལ་ནས་རྣམ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་  
འཕངས་ནས་སྒྲོན་ལམ་ཀྱི་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ་མ་སྤེལ་སྤྱིང་གི་དཀྱིལ་དུ་སྤྲས། བསྟན་པ་སྤྱི་ལ་ཐུག་ན་ལས་ལ་  
བསྐྱལ་བར་རུང་། བདག་གི་དོན་བྱས་ན་ང་དང་འགལ་བས་དམ་ཆེག་ཉམས། ལས་ངན་པ་  
བསགས་པས་ངན་འགྲོའི་གནས་སུ་ལྷུང་བས། ཤིན་ཏུ་སྒོས་ལ་བསྟན་པ་སྤྱངས་ཤིག་བྱ།  
གཞི་བདག་གཏོར་མའི་མན་ངག་གསལ་བྱེད་རིན་ཆེན་སྒྲོན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་  
ལ་བྱངས་ཤིག་བྱ། བྱ་ཉོན་དང་། སྤྱིའི་འདོད་ཡོན་ལུས་ལ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཡང་། རོ་གསར་བ་  
གཅིག་ཏུ་བསམ་ལ། རོ་དེའི་ཤ་རུས་དང་བགས་པ་ཙ་རྒྱས་དང་། བར་ཁྲོལ་ཁྲག་དང་ཚུ་  
སེར་སྒྲ་དང་བ་སྤྱ། སོ་དང་སེན་མོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ་སོར་སྤལ་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་  
ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཤ་རུས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་སོག་པས། ཤ་ཐམས་ཅད་  
འཆི་བ་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཅན་འོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་  
བསགས་ལ་ཕུལ་གྱིས་གསལ་གདབ་པོ། །རུས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲན་བཟང་པོའི་རང་བཞིན།  
ཁྲག་ཐམས་ཅད་འོ་མའི་རང་བཞིན་ཏེ། མ་ཉེ་སྤྱིང་གི་འོ་མ་ལས་བསྐྱུས་པ་ལྟ་བུའི་བཅུད་  
དང་ལྡན་པར་བསམ་པའི་འོ་མ་དང་། བཟང་པོའི་སྤྲན་དང་། འཆི་མེད་བདུད་ཅི་གསུམ་  
གཅིག་ཏུ་འཕྲེས་པ་ལས་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་མཆོ་དང་། རྩིང་བྱ་དང་། རྩིང་ཀ་  
དང་། རེའུ་གསིང་ལ་སོགས་པའི་ཆུའི་དབྱིབས་དུ་མར་གྱུར་པར་བསམ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་མ་  
དཀར་ནག་རོལ་བའི་མཆོ་བདུན་དུ་བསམ། བགས་པ་རིམ་པ་བདུན་གསེར་ཀྱི་རི་བདུན་དུ་  
བསམ། སོ་བ་དང་། འོང་ག་དང་། རྒྱང་བ་དང་གསུམ་ཁང་བཟང་དང་བང་མཛོད་རྣམས་



ཡིན་ལ། མཆོལ་སོགས་པ་རྒྱུ་དེ་བཅས་སུ་པོ་བྱང་ཡོད་པར་བསམ། སྤྱིང་ཡིད་བཞིན་གྱི་  
ཁོར་བུ། མཁལ་མ་ཁོར་བུ་ཟུང་བརྒྱད་པ་ནས་གསུམ་པའི་བར་རྣམས་དང་། ཆོགས་རྟོག་  
དང་། མིག་བརྒྱད་པ་ནས། གཅིག་གི་བར་རྣམས་ཀྱང་དགོས་འདོད་བརྒྱད་ནས་སྤྱི་གཅིག་  
གི་བར་འབྱུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་ཁོར་བུ་སྤྱི་ཆོགས་པ་མཐའ་ཡས་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་  
པར་གྱུར་པར་བསམ།

སྤྱི་བ་རྒྱ་རྟོག་དང་། སྤྱི་བ་དང་། མཆོན་མཆོར་གཉིས་རྒྱ་སྤྱང་དང་། རྒྱ་ལུག་ལ་  
སོགས་པ་རྒྱ་ལ་གནས་པ་སྤྱི་ཆོགས་སུ་བསམ། སྤྱི་ཆ་ནི་ཤིང་སྤྱི་ལ་ཞེས་པར་བསམ།  
དེ་ཡང་རྩ་བ་དང་། སྤྱིང་པོ་དང་། ཡལ་ག་དང་། ལོ་མ་དང་། འདབ་མ་དང་། མེ་ཉོག་དང་།  
འབྲས་བུ་དང་། མགོ་སྤྱི་ག་དང་། རྣམ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་ཡོད་པར་བསམ་ལ། མདོག་ནི་  
དཀར་ལ་རིག་བྱ་འཇམ་ཞིང་དེ་བཅས་པའི་དང་དུན་པ། བསིལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་  
ཏྲན་མ་ཆང་བ་མེད་པའི་ཤིང་མཆོག་སྤྱི་ལའི་སྤྱིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་དབངས་སུ་དབག་  
ཆད་བརྒྱ་དང་ལྷ་བརྒྱ་ཡོད་ལ། ཡལ་ག་ལ་དབག་ཆད་ལྷ་བརྒྱ་རྩ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པར་  
བསམ། སྤྱི་ལུ། མེད་ལུ། རྩ་ཐུན་རྒྱས་པ་རྣམས་ཤིང་ཁ་དོག་སྤྱི་ཆོགས་པ་ཟུང་དུ་འཁྲིགས་  
པ་ལ་སྤྱི་ཆ་མཆོལ་ཆེན་ཅེ། ལྷ་རྣམས་དག་འཁྲིང་བཅེ་བ་དང་ལོ་བར་བྱེད་པའི་གནས་  
སུ་བསམ། བྱང་སེམས་དཀར་དམར་གཉིས། དེ་ཆེན་དེ་རྒྱུང་མཁྲིས་པ་དང་ལྷ་ནི། ལྷ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདོད་པའི་སྤྱི་ཆ་མཆོག་སྤྱི་ཆོགས་པ། སེན་མོ་ཐམས་ཅད་ངང་བ་དང་། ལྷ་  
ལྷ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་རིགས་སྤྱི་ཆ་སྤྱི་ཆ་ཤིང་རྒྱ་ལ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་ཡོད་  
པར་བསམ། དབང་པོ་ལྷ་མེ་ཉོག་སྤྱི་ཆོགས་པའི་ཆལ་ཆེན་པོ་ཡི་བསམ། ལྷ་དང་བ་སྤྱི་  
ཐམས་ཅད་ལྷ་ཤིང་སྤྱི་ཆ་པའི་ནགས་ཆལ་ཆེན་པོ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་བསམ། དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་ལྷ་ནི་ཤིང་ཏུ་ལེགས་ཤིང་གཟུགས་སྤྱི་ག་པ། ལྷ་ཤིང་ལ་སོགས་རྒྱུང་གིས་བསྐྱེད་  
ན་སྤྱི་སྤྱི་པ་དང་། རྒྱ་ལ་གནས་པའི་བྱ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་སྤྱི་སྤྱི་  
པ་རབ་ཏུ་སྤྱི་གས་པ་ལྷ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣ་བའི་དབང་པོ་བརྒྱད་ནས་ཡིད་ཆོས་པར་བྱེད་པ་

དང་། འདོད་ཡོན་རྣམས་ལ་བྱི་བཟང་པོ་འབྱུང་བས། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱད་ནས་ཡིད་ཆེས་  
བར་བྱེད་དོ། །

སྒྲན་སྒྲ་ཆོགས་པ་ལྷའི་དབང་པོས་རོ་སྤྱོད་བས་ཀྱང་ཆེས་བར་བྱེད་དོ། །འདོད་  
ཡོན་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱི་རིག་པས་ཀྱང་འཇམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་མ་དང་ལྷན་  
བས་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་བར་བྱེད་པའི་འདོད་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པར་བསམ་ཞིང་།  
ཕུལ་གྱིས་གསལ་གདབ་པར་བྱོས་ལ། དེ་ནས་སྤྱི་མཐོན་རྣམས་དམིགས་ལུས་དུ་བྱེད་བ་  
ཅི། སྤྱི་ཐམས་ཅད་ཞི་བའི་ཚུལ་དུ་བྱེད་བ་ལ། གྱིས་པ་ལོ་བརྒྱད་པའི་ན་ཆོད་ཅམ་དུ་བྱིན་བ་  
ལ། རོ་རྒྱུ་ལ་ལྟ་རྒྱས་ཤིང་མདོག་ཤིན་ཏུ་དཀར་བ་ལ། མིག་སེར་བཟག་སིང་རེ་བ་ལ་  
དཀར་བའི་ཞད་ཅུང་ཟད་ཆགས་ཤིང་དབྱིབས་ནས་འབྱུ་ལྟར་འདུག་པ། རྩ་བ་དཀར་ལ་  
དམར་བའི་མདངས་ཆགས་ཤིང་དམར་སིང་རེ་འདུག་པ། སྒྲ་ཁམ་ཤེལ་ཐུར་དུ་སིལ་བྱར་  
འཕྱང་ཞིང་སྒྲ་ལེ་ཡོད་པ། སྤྱི་ན་མ་དང་རྩེ་མ་སེར་པོ་རིང་ཆབས་སེ་འདུག་པ། ལུས་དཀར་  
པོ་ཚུ་རིས་སྤོན་པོ་དོད་པ། རོར་བུའི་རྒྱན་ལོད་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྟ་རབ་ཏུ་འབར་བས། ལྷ་ཆོགས་  
དང་། ཡན་ལག་དང་། མགྲུ་བ་དང་། རྩ་བ་རྣམས་བརྒྱན་ཅིང་ཐོད་དུ་བཅིངས་པ། སོ་སེན་  
རྣམས་དཀར་ལ་སྤྱི་བའི་ལོད་ཆགས་པ་དང་། ཚུ་དར་སྤོན་པོའི་སྤྱད་ཤམ་བྱས་པ། ལག་ན་  
རིན་པོ་ཆེ་དང་དུང་གི་ཐོང་བ་འབྲེན་ཅིང་། སྤྱི་བུན་སྤོན་པོ་ཅུང་ཟད་ཆགས་པའི་ནང་དུ་  
མདུང་གང་ཅམ་གྱི་ས་ལ་མ་རིག་པར་འོངས་ནས། འདོད་ཡོན་རྣམས་ལ་དགྱེས་པའི་ཚུལ་  
གྱིས་འོངས་སྤྱད་པས། ཐུར་བས་ཀྱང་བཟག་དང་གཟི་བཞིན་མདངས་དང་ལྷན་པ་དང་།  
རྒྱན་རྣམས་ལས་ཀྱང་འོད་ཁྱད་པར་ཅན་འབར་བ་དང་། འཇུམ་པའི་མདངས་དང་ལྷན་  
ཞིང་། བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྷན་པས་རང་ལ་འདུད་པར་བསམ་ལ། འདོད་ཡོན་སྤྱིན་  
པའི་ཆོག་འདི་བཞིན་དོ། །

བདག་ལུས་གདོས་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་འདི། །ཁྱག་ནི་འོ་མའི་རྒྱ་མཆོ་ལ། །རུས་བ་  
བཟང་དུག་གི་སྤོན་དང་བཅས། །ཤ་འཆི་མེད་བདུད་རྩིས་སྤྱོད་གསུམ་གང་། །མཆོ་དང་

རྒྱུ་ལྷེད་ཀ་དང་། །འེུ་གསིང་དང་ནི་དཔག་བསམ་ཤིང་། །སྤྱིད་མོས་ཆལ་དང་ཁང་  
བཟང་རི། །ཡིད་བཞིན་འོར་དང་ནི་བཟང་སྒྲན། །འདོད་ཡོན་གཟུགས་སྤྱི་རོ་རེག་། །སྤྱུ་ལ་  
མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་རྣམས། །བདག་ལ་མེད་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །ཅི་འདོད་ཅི་མཁོ་བདག་  
གིས་སྤྱིན། །སྤྱི་རིགས་རྣམས་ལ་མཆོད་པར་འབྱུལ། །སྤྱུ་ལ་མེད་པར་བཞེས་ནས་  
ཀྱང་། །དགའ་མགུ་ཡི་རང་ལྷན་གྱུར་ཅིག་། །གདུག་རྩལ་བསམ་ངན་ཞི་ནས་ཀྱང་། །བྱང་  
རྩལ་སེམས་དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག་། །མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱུ་འཛོལ་པར་ཤོག་། །པཌ་ཅེས་བས།  
གཏོར་མ་མཐོན་དང་བཅས་པ་དམིགས་མེད་ཀྱི་རང་ལ་བཞག་པར་བྱའོ། །

ཡང་ལས་ལ་བསྐྱུལ་ཞིང་པ་རོལ་ལ་བྱད་པར་འདོད་ན། དང་པོ་བཀྲ་ག་པའི་དུས་  
ནས་སྤྱི་ཐམས་ཅད་ཁོས་པའི་རྣམ་པ་ཅན། །སྤྱུ་ལ་མགོ་དགུ་དགུ་དང་བདུན་བདུན་དང་ལྔ་  
ལྔའི་གདེངས་ཀ་དང་ལྷན་ཞིང་སྤྱུ་ལ་མཇུག་གཅིག་ཏུ་འབྱེལ་བའི་སྤྱུ་ལ་མཇུག་ལ་ན་བྱན་  
ནག་པོ་ཁོལ་བ། མིག་དམར་ཞིང་ཁྲག་གི་ཆར་པ་འབེབས་བ། །ཁ་ནས་སྤྱི་ནད་སྤྱི་ཆོགས་པ་  
སྤྱི་དམར་གྱི་རྣམ་པ་འཕྱར་བས་གང་ལ་དམིགས་པའི་ཡུལ་ལ་བྱུང་བ། །འོག་སྤྱི་ནས་སྤྱུ་ལ་  
སྤྱུ་ལ་སྤྱི་ག་པའི་པོ་ཉ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྱོ་བ། །ཀྱང་ཞབས་ནས་ནད་ཀྱི་རྩལ་དམར་ལྷང་བ།  
སྤྱི་གར་གདུག་པའི་སྤྱན་པ་ནག་པོ་འཕེབ་བ། །ལག་ན་སྤྱི་ག་གི་ཞགས་པ་དང་། །ནད་ཀྱི་  
གཡལ་པོ་རྒྱུ་བ། །སྤྱི་ནས་སེར་སྤྱི་ནག་པོ་ཁོལ་ཞིང་ཆད་ཅིང་འཕྱར་བ། །རྣ་བ་ནས་ཐོག་  
ཁོད་འཕྱོ་ཞིང་བ་སྤྱི་ལྷུ་ག་ཐམས་ཅད་ནས་ཐོག་སེར་གྱི་ཆ་ཆ་དམར་རྩལ་རྩལ་འཕྱོར་བ།  
གདེངས་ཀའི་མཆོམས་དང་སྤྱི་ནག་སྤྱི་ནས་སེར་ཆེན་འཕྱོལ་བ། །བྱ་ག་ཐམས་ཅད་ནས་  
ཆག་སྤྱི་ལྷུ་སྤྱི་ཆོམ་སྤྱི་དྲིང་སྤྱི་དང་འབྱུག་སྤྱི་རྣམས་ནི་རི་བསྐྱེལ་བ། །བྲག་འགས་པ་ཅམ་  
དུ་གགས་པ། །ཐམས་ཅད་ཀྱང་མདོག་ནག་ལ་སེན་མོ་སྤྱི་པའི་སེན་སྤྱི་རྣམས་ནས་སྤྱུ་ལ་  
མགོའི་གདེངས་ཀ་རབ་ཏུ་འབར་བ། །ལུས་ལ་གཞུ་འདོམ་པ་བརྒྱ་ཡོད་པ། །གདེངས་ཀ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཇུག་མ་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱང་གདོལ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་  
བསམ། །དེ་རྣམས་ལ་ཕྱ་ཁྲག་བྱིན་པས་སྤར་བས་ཞེ་སྤར་འབར་ཞིང་གདུག་རྩལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་

བ། དེ་རྣམས་མི་ལ་ཐད་ན་མ་མོ་དང་བསྐྱོད་དགོས། འོ་ལ་ཐད་ན་རྒྱལ་པོ། མོ་ཉོག་ལ་  
ཐད་ན་བཅོན། གཞན་ནད་ཀྱི་རིགས་དང་། གཞོན་ཀྱི་རིགས་དང་། རྒྱུ་གང་ལ་ཐད་ཀྱང་  
སོ་སོར་དམིགས་པས་འབྱེད་པར་བྱས་ལ། གང་ལ་ཡང་མ་ཞོར་བ་དང་ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ།

རྒྱུ་འབྱེད་རྣམས་ནི་ཞི་བ་ལ་ཞོར་བུའི་རྒྱུ་མེད་པ་དང་། དར་ཤམ་རྒྱ་བལ་ཡིན་  
པ་མ་གཏོགས་པ་དབྱིབས་དང་། རྒྱེ་མཆོད་རྣམས་གཙོ་བོ་དང་འབྲས་ལྷན་དེ་བས་ལུས་རྩང་  
ཐད་རྩང་ལ་མདོག་དན་པ་དང་། ས་ལ་རྒྱུ་ལ་འཛོགས་སྟེ་འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་རྒྱུ་གཤམ་  
གཅིག་གི་རྒྱུ་ལྟར་འབྱེད་པའོ། །ཁྱོད་པ་ལ་ལུས་འདོམ་པ་བཅུ་པ་ལ་གདེངས་ཀྱིས་ལ་མགོ་  
གསུམ་པ་དང་། གཉིས་པ་དང་། གཅིག་པ་ཡིན་ལ། མོག་མེར་དང་སྤྱོད་རྣམས་ནི་མེད་ལ།  
ལག་ན་རྒྱ་རྒྱུ་གི་ཞགས་པ་ཐོགས་ཤིང་མེར་ཐན་དང་སྤྱོད་ཐེར་འཕྲོ་ཞིང་རྒྱུ་ལ་ལུས་པ་  
བྱས་ནས་གང་ལ་དམིགས་པས་ལྷག་མ་སྤྱད་པར་བསམ། ཞི་བའི་དུས་སྟེ་གདོལ་བ་མེད་  
ལ། ཐད་པའི་དུས་སྟེ་གདོལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་དམིགས་དགོས་སོ། །འོར་རྒྱས་སོགས་  
གཞན་རྣམས་ཀྱང་ནད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་ལ་ཐད་པའི་སྐབས་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། གདོལ་བ་  
ནི་བསྟན་དག་ཁོ་ན་ལ་ཐད་པར་བྱའོ། །

དམར་པོ་དེའང་སྤྱི་ལ་རིགས་མི་འབྲས་བ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་བསྐྱུས་ན་བཞིར་  
འདུས་ཏེ། བཞི་གང་ཞེ་ན། རྒྱལ་རིགས། རྒྱུ་མེད་རིགས། བྱ་མེད་རིགས། གདོལ་པའི་  
རིགས་དང་བཞིའོ། །དེ་ལ་ཞོར་རྒྱས་དང་དུང་སྐྱོང་ཞེས་པ་ནི། རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་  
པས་མེར་པོ་ཡིན་ནོ། །དག་འཕོ་དང་། འཛོགས་པོ་གཉིས་རྒྱུ་རིགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ཡིན།  
པརྒྱ་དང་། རྒྱ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་མེད་རིགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་དཀར་པོ་ཡིན། རྒྱུ་ལྷན་རྒྱ་  
དང་རིགས་ལྷན་གཉིས་ནི་གདོལ་པའི་རིགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ནག་པོ་འཕྱར་མེད་ཡིན་  
ནོ། །

གསུམ་པ་ལས་ལ་བསྐལ་བ་དང་། ཅུང་ཟད་མི་སྤྲུག་པ་སྟོན་པའི་ཆེ། སེར་པོ།  
དམར་པོ། དཀར་པོ་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དུས་རྒྱུན་གྱི་དམར་སེར་གཉིས་ཀྱང་དཀར་པོ་ཡིན་  
ཅིང་། སྒྲིན་མ་དང་རྩི་མ་དང་། བ་སྤྱ་ནམས་ནི་དམར་སེར་དང་དཀར་པོ་སྟེ་ཤ་མདོག་དང་  
མཚུངས་ཀྱང་། བམ་ཟེ་ནི་ཁྲོས་པའི་ཆེ་ལྡར་ཁྲ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གདོལ་བ་ལ་དཀར་འབྱེད་  
མི་བྱེད་དམར་འབྱེད་བྱེད་དོ། །རིགས་གསུམ་ལ་དམར་འབྱེད་མི་བྱེད་པ་དང་བཅས་  
པའི་སྤྱ་གཏོར་གྱི་མན་ངག་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་མ་བརྟེན་ཉམས་སྤྱ་ལོངས་ཤིག་  
ཨང་། ལས་ལ་བསྐལ་བའི་ཆེ་རང་ཉིད་ཐོག་བདག་ཆེན་མོར་བསྐྱོམས་ནས་སྤྱ་འབྱེད་དུག་  
ཐུན་ནག་པོ་འདྲིར་དམིགས་པས་བརྒྱག་པར་བྱ་སྟེ། མ་སྤེལ་སྟིང་གི་དཀྱིལ་དུ་སྒྲོས་ལ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཐུག་ན་མིན་པ་རང་དོན་དུ་བྱས་ན་དང་འགལ་ཞིང་ངན་སོང་  
དུ་འགྲོ་བར་ངེས་པས། ཐབས་ལ་མཁས་པར་གྱིས་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་བསྐྱུང་བ་  
དང་ངའི་ཆོས་ལུགས་སྦྱང་བ་དང་དར་རྒྱས་སྤྱ་བའི་ཕྱིར་མན་ངག་གནད་ནམས་སྟིང་གི་  
དཀྱིལ་དུ་སྒྲོས་ལ། ཐབས་མཁས་པའི་སྒྲོ་ནས་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་བཙོན་པར་གྱིས་དང་ངའི་  
རྩིས་སྤྱ་འབྱེད་པ་ཡིན་ནོ་བྱ། དེ་ལྟར་ཞི་བྱག་གི་བྱང་པར་ཤེས་པར་བྱེད་པ་སྤྱ་གཏོར་གྱི་དེ་  
ཉིད་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་པ་ནི། ལྷ་འདྲེ་ག་ཁྲག་ལ་སྟེང་པའི་གདུག་པ་ཅན་འདིགས་སུ་རྩེད་པ་ནམས་ལ་  
ལུས་ག་ཁྲག་རྟེན་པ་གྱེན་ནས་ལྷ་འདྲེ་བསྐྱུ་བའི་ལྷ་འདྲེ་དེ་དག་དབང་དུ་སྦྱད་ཅིང་ཐེམ་གྱིས་  
གཞོན་ནུས་པའི་མཁའ་འཁོར་མ་གཅིག་བསྟེན་དགོས་པ་ཡིན་པས། རང་ཉིད་ཐ་མར་དུ་  
བསྐྱུར་ནས་ལུས་སེམས་སྤལ་ཉེ་ནམ་ཤེས་ཏེ་ཡིག་ལས་ཁྲོས་མ་མཐེང་ནག་འདིགས་སུ་  
རྩེད་པ་གཅིག་བསྟེན་བའོ། ཡང་ན་རང་ཉིད་ཐ་མར་དུ་བསྐྱུར་ནས་སྦྱར་གྱི་མཁའ་འཁོར་  
མར་ཡོད་པ་ལ། རམ་མཁའའི་མ་ཅིག་གི་ཐུགས་ཀ་ནས་ཏེ་ཡིག་མཐེང་ནག་གཅིག་སྟོས་  
པས་ཁྲོས་མར་གྱུར་པ་དེ་བདག་གིས་སྦྱུན་བྲངས་ནས་ཁྱོན་པ་དེ་ལ་རང་ཉིད་འོང་དུ་ཁྱེན་  
ཁྲོས་མའི་ཐུགས་ཀར་ཐེམ་ནས་གཉིས་སུ་སྟེང་པར་བསམ་ཞིང་། རོ་ཞིག་གསལ་དུ་

དམིགས་པའམ། ཡང་ན་རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་གི་ཁྲིམ་མ་མཐིང་ནག་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས།  
གཡས་མི་ལྷགས་ཀྱི་གཡང་གཞི་ཁྱག་དམར་ཅ་རེ་བ་བསྐྱམས་པ། གཡོན་མི་རྒྱུ་གི་སྒྲིང་  
བྱ་ཅུ་བྱ་ཅུ་འབྲད་པས་ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་སྦྱད་པ། སྐུ་ཉོད་ལ་མི་  
ལྷགས་ཀྱི་གཡང་གཞི་ཁྱག་འཛག་པ་མནའས་པ། སྐུ་སྦྱད་ལ་སྐྱག་ལྷགས་ཆོན་པས་དགྲིས་  
ཤིང་། སྐུ་ལ་ནག་པོ་འབྱིང་བསྐྱོལ་གྱིས་སྒྲིམ་པས་བྱས་པ། ཞལ་གདངས་ནས་མཆེ་བ་རབ་  
དུ་གཅིགས་ཤིང་ལྷགས་སྒྲོག་དམར་ལྗར་འབྲུག་པ། སྐུ་དང་སྒྲིན་མ་དམར་སེར་འབར་ཞིང་  
བྱེན་དུ་འབྱེལ་བ་ཞབས་གཉིས་བརྒྱུད་ས་བསྐྱམས་ཀྱིས་གར་ཁྲུག་ཁྲུག་བྱེད་ཅིང་མི་ལྷགས་  
བདའས་པས། ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་འདར་ཁྲུམ་ཁྲུམ་བྱེད་པར་བསམ། འཁོར་གྱི་  
མཁའ་འགྲོ་འབྲུམ་སྒྲེ་རྣམས་ཀྱིས་གཡས་ཀྱི་གྲུག་གཡོན་མི་ལྷགས་བསྐྱམས་པ། ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་ཁྲིམ་པའི་ཆ་བྱད་ཅན་དུ་མ་རྣམས་ཀྱིས་རོ་དེ་གསེ་གདུབ་བྱས་ནས་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་  
ལ་སྒྲིན་པར་བསམ་ཞིང་རང་ཉིད་གཙོ་མོས་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་ལ་ཆོག་གིས་བདེ་སྦྱད་པར་  
བསམ་པར་བྱའོ། །

རོ་དེ་ཡང་དབྱུགས་སྒྲལ་མ་ཐག་པ་འོད་མ་ཡལ་བ་གཞོན་ཞིང་ཤ་རྒྱས་པ། བགས་  
པ་འཛམ་ཞིང་སྒྲབ་ལ། ཤ་བཟྱག་ལ་གསལ་ཞིང་མདངས་དང་ལྡན་པ། ཆེ་ཞིང་བརྗིད་ལ་  
ཆོ་ཞིང་སྦྱུམ་པ། མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ། འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་ཁྲབ་པར་  
རྒྱར་བ་གཅིག་དུ་བསམ། ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རོ་དེ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཡིད་  
ཆེ་ཞིང་དབང་པོ་དེར་འཇུག་ཅིང་གདུག་སེམས་ཐམས་ཅད་ངང་གིས་ཞི་ནས་དགའ་ཞིང་  
ཁོད་པའི་སེམས་དྲང་རེ་བ་སྒྲིམ་པར་བསམ་པ་ནི། དཔེར་ན་མེ་ཏྲིག་གི་ཆལ་ལ་བྱང་བ་  
འདུས་པ་བཞིན་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་རང་དབང་མེད་པར་ཁྱར་གྱིས་འདུས་པར་བསམས་ནས།  
ཤ་ཁྱག་རྣམས་གཏོང་བའི་དུས་སུ་ཡང་། ཤ་ཁྱག་རྣམས་འོད་མ་ཡལ་བ། རྒྱུད་པ་པ་ལ་  
ལ་བྱེད་པ་དང་། ཆེ་ལ་དང་ཞག་ཀྱང་སྦྱུམ་གྱི་ཡི་ཡི་བྱེད་ཅིང་། ལན་ལྷ་ལ་སོགས་པའི་རོ་  
མཆོག་བརྒྱ་དང་ལྡན་པ། བཤུལ་ངེ་བཟང་པོའི་ངེ་ངད་པ་ནི་ག་བྱར་ཅན་དན་ལ་སོགས་པའི་

འི་དང་འབྲ་བའི་འི་ཤིན་ཏུ་བཟང་པོས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དམ། རང་ཉིད་གྱི་  
གནས་སྟོར་གྱི་ས་གཞི་བར་སྤང་ཐམས་ཅད་ཁྱབ་པར་བསམ་ལ། ཤ་ཁྲག་གཏོང་བ་ལ་  
ཡང་། ཉལ་ཐོབ་གཅིག་དང་མགོན་ཐབས་གཅིག་དང་། བག་འབྱེད་ལ་གཉིས་དང་བཞིའི་སྟོ་  
ནས་ཤ་ཁྲག་གཏོང་དགོས་པ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་དམར་འབྱེད་ལ་དོན་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ།  
མགོན་ལྷ་འདྲེ་བྱེ་བྲག་པ་ལ་ལུས་ཀྱང་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསྟོ་བ་དང་གཅིག །མགོན་ལྷ་འདྲེ་སྦྱི་ལ་  
ལུས་ཀྱང་སྦྱིར་བསྟོ་བ་དང་གཉིས། མགོན་ལྷ་འདྲེ་སྦྱི་ལ་ལུས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསྟོ་བ་དང་  
གསུམ། མགོན་ལྷ་འདྲེ་བྱེ་བྲག་པ་ལ་ལུས་སྦྱིར་བསྟོ་བ་དང་བཞི་ལས་གང་བྱེད་ཀྱང་།  
མགོན་ལྷ་འདྲེ་ནི་འཛིགས་ཤིང་ཡ་ང་བའི་གདུག་པ་ཅན་ཁ་གདངས་ཤིང་མཆེ་བ་གཅིགས་  
ནས་ཤ་ཁྲག་ལ་རུམ་པའི་པོ་བདུད་དང་མོ་བདུད་ལ་རང་རང་གི་འཁོར་དཔག་ཏུ་མེད་པས་  
སྟོར་བར་དམིགས་ནས། དོན་རྣམ་པ་བཞིའི་དང་པོ་ཤ་ཁྲག་གཏོང་བ་ལ་རང་ཉིད་གཙོ་མོས་  
འཁོར་རྣམས་ལ་ཆོག་འདི་བརྗོད་ལ་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་ལས་བྱེད་པར་བསམ་ལ། ལས་  
བྱེད་གྱི་མཁའ་འགོ་འབྲུམ་སྟེ་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས།

ཡ་བདུད་རྒྱལ་པོས་སྟོ་རྩྱངས་ལ། །མ་བདུད་རྒྱལ་མོས་སྟོ་བྲིད་ལ། །སྦྱུ་ལུས་  
གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་འདི། །ཁོག་སྟོད་ཡ་བདུད་རྒྱལ་པོས་ཁྱེར་ཅིག །ཁོག་སྟོད་མ་བདུད་  
རྒྱལ་མོས་ཁྱེར་ཅིག །ཞེད་པ་གདོལ་བ་ནག་པོས་ཁྱེར་ཅིག །ནང་ཁོལ་ཐམས་ཅད་སྟེ་བརྒྱད་  
ཀྱིས་ཁྱེར་ཅིག །དོན་སྟོད་རྣམས་རྒྱལ་པོ་དང་། །བསེན་མོ་དང་ཐེུ་རང་གིས་ཁྱེར་  
ཅིག །ཕྱིའི་ཤ་གཟུགས་དུག་པོ་ཕྱིའི་ལྷ་འདྲེས་ཁྱེར་ཅིག །བར་གྱི་ཤ་གསུམ་པོ་བར་གྱི་ལྷ་  
འདྲེས་ཁྱེར་ཅིག །ནང་གི་ཤ་གསུམ་པོ་ནང་གི་ལྷ་འདྲེས་ཁྱེར་ཅིག །སྦྱིར་ཤ་ཐམས་ཅད་ས་  
བདག་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེར་ཅིག །ཁྲག་རྣམས་གདོལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཕྱངས་ཤིག །རྒྱས་པ་  
རྣམས་གཉན་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེར་ཅིག །ཆོགས་རྣམས་ནི་བཅོན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁྱེར་  
ཅིག །བཀྲག་མདངས་ནི་རྒྱལ་འགོང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁྱེར་ཅིག །རྟོད་དང་དབྱགས་དང་  
རྒྱངས་པ་ནི་བསེན་མོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁྱེར་ཅིག །ཅ་དང་རུས་པ་རྣམས་ནི་གྱི་པོ་དང་གྱི་

མོས་ཁྱེར་ཅིག །སྐྱ་དང་བ་སྐྱ་སོ་དང་སེན་མོ་བགས་པ་རྣམས་དམ་སྤྱི་དང་བསེ་རག་  
རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེར་ཅིག །དགོས་ཁྱད་པར་དུ་ཡང་བདག་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་ལྷ་འདྲེ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ཆེན་པར་གྱུར་ཅིག །པཱུ་ཅེས་པས་ལྷ་འདྲེ་དང་ཤ་ཁྲག་གཉིས་ཀ་མི་དམིགས་  
པའི་ངང་ལ་གཞག་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི་ལས་བྱེད་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱིས་ཤ་རུས་བགས་པ་སོ་སོར་བུལ་  
ནས། ཤ་རྣམས་ནང་ཁྲོལ་ཐམས་ཅད་དང་བཅས་པ། གསེ་གཏུབ་བྱས་པའི་ཕྱང་པོ་རི་རབ་  
ཅམ་དུ་བསམ། རུས་པའི་ཕྱང་པོ་ཡང་རི་རབ་ཅམ་དུ་བསམ། ཁྲག་ནི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་  
བསམ། བགས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་ཅིང་གྲངས་ལས་འདས་པར་བསམ་ལ། རང་གིས་  
འདི་ལྟར་བསམ་ཞིང་དག་ཏུ་ཡང་བཞེད་པར་བྱ། བདག་གིས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
ད་ལྟའི་བར་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་བདག་ཏུ་བརྒྱང་ཞིང་གཅེས་པར་འཛིན་པས། དེ་སྤར་  
ཡང་ཕྱང་པོ་མང་རབ་ཅིག་དོན་མེད་དུ་རྒྱུད་ཐོས་སུ་སོང་། བདག་འཛིན་གྱི་འདྲེས་ཁྱེར་  
བས་འཁོར་བར་ཡུན་རིང་དུ་འབྱམས་ཤིང་ལུས་ངན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱང་པོ་གྲངས་མེད་  
པ་སྤངས་ནས་ལས་ངན་སྒྲིག་པ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་བྱས་པས་རྣམ་པར་སྤྱོད་པའི་སྤྱག་བུལ་གྱི་  
ཆོར་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་མྱོང་བས། ད་ནི་འཁོར་བའི་རྒྱ་བདག་འཛིན་ལུས་དང་བཅས་པ་  
ལ་མི་ཆགས་མི་ཞེན་པར། སྤྱིར་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཁདག་ལ་ཤིན་  
ཏུ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་རྣམས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཐོངས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བདག་གིས་ལུས་  
འདི་གཏང་བར་བྱ། གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་བདག་འཛིན་གཏོང་མི་རུས་ནས་ལུས་སེམས་  
བུལ་དོགས་ནས་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་སེམས་མི་བུལ་བར་བྱ་བའི་སྣང་དུ་  
བདག་གི་ལུས་འདི་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་ལ་གཏང་བར་བྱ། ཡང་སྒྲོས་སུ་པ་མ་གཉིས་ཟིན་ཆེ་  
བས་ཟིན་ལན་གྱི་ཕྱིར་དུ་བདག་གི་ལུས་འདི་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་ལ་གཏོང་། སྒྲོན་ཆད་འཁོར་བ་  
ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཐ་མ་ད་ལྷ་ཡན་ཆད་ལ་སྤྱག་གི་བར་གྱི་ལན་ཆགས་པའི་བདག་པོ་  
བདག་མོ་རྣམས་ལ་བདག་གི་ལུས་འདི་ལན་ཆགས་སུ་འཇལ་བར་བྱའོ། །སྤྲོ་ནས་



པཱེ་བྱས་པ་དང་། སྲིད་པའི་ཅེ་མོ་མན་ཆད་དང་། མན་པེད་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ལྟ་འདྲེ་  
རྣམས་འདུས་པའི། ལྷོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེད་པ་ཟློ། སྒྲོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྲག་སྲིད་པ་  
འཐུངས། འབྲག་པ་རྣམས་ཀྱིས་པགས་པ་སྲིད་པ་ཁྲོན། རུས་པ་ལྟ་བ་རྒྱང་མར་དང་བཅས་  
པ་འཆོས་པས་ཆེམས་ནས་ལྟ་འདྲེ་རྣམས་ཀྱི་སྤང་སེམས་དང་གཏུག་སེམས་ཐམས་ཅད་ཞི་  
བར་བསམ་ལ། པཱེ་བྱས་པས་ལྟ་འདྲེ་དང་ཤེད་པ་ཁྲག་དང་དེའི་སེམས་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་  
ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་བཞག་གོ།

གསུམ་པ་ནི་ལས་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་བེམ་པོ་གསེ་གཏུབ་བྱས་པས་ཤིག་རུས་ལྟ་ཆོགས་  
རྣམས་སོ་སོར་སྤལ་ཏེ། ཤེད་པའི་པོ་ཆེན་པོ། ཁྲག་གི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ། རུས་པའི་གུམ་ཐང་  
ཆེན་པོ། ཞག་དང་ཆེལ་ཀྱི་ཁུ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲིན་ཆེན་པོ་གཡོ་བ་དང་། གཞན་ཡང་ཡན་ལག་  
དང་། ཉིང་ལག་དང་། ལྟ་ཆོགས་དང་བཅས་པ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པར་བསམ་ལ། ལྟ་འདྲེ་  
སྤྱི་ལ་ལུས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་འདི་བརྗོད་ནས་བསྟོ་བ་ནི། བྱི་ཤིག་གཟུགས་ཀྱི་དང་། ལྷ་ཤིག་གི་  
དགུ་དང་། ལྟ་བུ་གཉིས་དང་། རྒྱུ་ལག་གི་མགོ་པོ་བཞི་དང་། ལྟ་ཆེན་པོ་དང་། ལྟ་ཐུན་  
དང་། ཆོགས་རྣམས་དང་། ཅིབ་མ་དང་། སྒྲུལ་ཆོགས་དང་། གཞུང་པ་དང་། མགོ་པོ་དང་།  
ལྷ་པ་དང་། ལྷ་སྤྲིས་དང་། མིག་དང་། ལྟ་བ་དང་། ལྟ་དང་། ལྟ་དང་། ལྟ་སྤྲིང་དང་། ལྟ་  
ཁོལ་དང་། རོན་སྟོན་ཀྱི་དང་། ཞག་དང་། རྒྱ་སེར་དང་། ཁྲག་དང་། རྒྱ་དང་། ལྟ་བ་  
དང་། ཆེལ་དང་། རུས་པ་དང་། ཤི་དང་། པགས་པ་དང་། ཅ་ཆེན་དང་། ཅ་ཐན་དང་།  
རྒྱས་པ་དང་། ལ་རྗེ་དང་། དབང་ཐང་དང་། བཟྱག་དང་། མདངས་དང་། ལུས་དང་། སྟོག་  
དང་། ལོངས་སྟོན་དང་། སྒྲ་དང་། བ་སྒྲ་དང་། སོ་དང་། སེན་མོ་དང་། དེ་རྣམས་སྤང་ཞིང་  
སྲིད་པའི་ལྟ་འདྲེ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྲིན་པས་ལྟ་མ་མ་ལུས་པར་བྱེད་ནས་སྤང་སྲིད་ལྟ་འདྲེ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདོད་པ་ཆོམ་པར་བསམས་ནས། པཱེ་བྱས་པས་གང་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་  
པའི་ངང་ལ་གཞག་པར་བྱའོ།

བཞི་པ་ནི། ལས་བྱེད་ཀྱིས་ཀྱིས་རང་ལུས་པགས་པ་ཤིང་ལུས་ནང་ཁྲོལ་དང་  
བཅས་པ་གསེག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་ཤིང་ཁྲོལ་དང་བཅས་པ་འདྲེས་པའི་ཕྱང་པོ་སྟོང་གསུམ་གང་  
བ་ཅེས་དུ་བསམ། ལུས་དང་། སྟོག་དང་། དབྱུགས་དང་། བཟུགས་དང་། མདངས་དང་།  
མོངས་སྟོད་དང་། ཁ་རྩེ་དང་། དབང་ཐང་དང་། སྒྲ་དང་། བ་སྦྱ་དང་། སོ་དང་། སེན་མོ་དང་  
བཅས་པའི་ཕྱང་པོ་འདི་དོ་མོ་ནི་ཤིང་ཁྲོལ་ཡིན་ལ། རྣམ་པ་ནི་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་ཀྱི་དགོས་འདོད་  
ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་དཔལ་དུ་བསམས་ནས། ལྷ་འདྲེ་རྣམས་ལ་སོ་སོར་བོས་ནས་བྱེ་  
བྱག་ཏུ་བསྐྱོ་བའི་ཆོག་འདི་བརྗོད་དོ། །

པོ་བདུད་བྱེ་བ་དཔག་ཡས་དང་། །མོ་བདུད་བྱེ་བ་དུང་ཕྱར་དང་། །རྒྱལ་བ་སེན་ལྷེ་  
བརྒྱད་ཐམས་ཅད་དང་། །དུམ་བདུད་བཅོན་གསུམ་སྒྲ་གདོན་གཟའ་བདུད། །གཤིན་རྗེ་མ་  
མོ། །གོད་སྒྲིན་གྲུལ་གྲུམ། །གཉན་རིགས་སྟོ་འབྲེ་ཆེན་པོ་བདུན། །མ་བདུད་སྤྱིང་བཞི། །ལན་  
ཆགས་བགོགས་རིགས་ནད་རིམས། །ཡམས་བདག་དང་གཏང་རིགས། །ཐེུ་དང་། །གི་པོ་  
གཤིན་རྗེ། །དེ་ཐ་ནད་འདྲེ། །ཡི་དྲགས་འབྱུང་པོ། །དམ་སྤྱི་བསེ་རག། །བྱད་མ་གོད་བྱེད།  
ལས་གདོན་ལུས་གདོན། །གནས་པོ་ཡུལ་བདག། །དེ་རྣམས་འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་།  
གི་བ་དང་ཆོ་འཕྲུལ་ངན་པ་གཏོང་བ་ཐམས་ཅད་དང་། །སྤྱང་སྤྱིད་གཏུག་སེམས་འཆང་བ་  
ཐམས་ཅད་དང་། །དེ་རྣམས་ལ་ལུས་ཤིང་ཁྲོལ་ཕྱང་པོ་འདི་བྱིན་པས། །མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཆོམ་པ་དང་། །དགའ་ཞིང་མགྲུ་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་སེམས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་  
ཅིག །ཕན་ཅེས་པས་རྗེས་འབྲང་གི་ལྷག་མ་སྦྱད་པ་དང་བཅས་པ་ཆོམས་ནས་མགོན་ཤིང་  
ཁྲོལ་དང་བཅས་པ་དམིགས་མེད་ཀྱི་རང་ལ་འཛོག་པར་བྱེད་པ་ཕྱང་པོ་མཆོད་པར་འབྲུལ་  
ཞིང་སྒྲིན་པ་གཏོང་བའི་རིམ་པ་དེ་ཞིག་རྗོགས་པ་དེ་ག་ཡིན་ལོ་བྱ།

བཞི་པ་དེ་ལྟར་མཆོད་སྒྲིན་བྱས་པའི་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱོ་བས་རྒྱས་གདབ་  
པར་བྱ་བ་ནི། །བདག་གི་ལུས་མཆོད་སྒྲིན་བྱས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དང་། །བདག་གི་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དང་། །གཞན་ཡང་

དུས་གསུམ་དུ་དགེ་བའི་ཅ་བ་རི་སྟེན་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་ནི། ལྟ་འདྲི་གདུག་པ་ཅན་ལ་  
སོགས་པ་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བསྟོ་བར་བསྒྲིལ། །དེ་ལྟར་  
བསྟོས་པའི་མཐུ་ལ་བཏེན་ནས་ལྟ་འདྲི་གདུག་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ལས་ངན་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དག་ནས། བ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དུག་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཤིང་མཐར་བྱིན་པར་གྱུར་ཅིག །སྦྱེ་བ་མེད་པ་ཡུམ་གྱི་དགོངས་པ་ལ་  
མངའ་བཞེས་ནས། རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡབ་རིགས་ནམས་ཀུན་གྱི་བདག་པོ་དོན་ཅེ་འཆང་  
གི་གོ་འཕང་འཕོབ་པར་གྱུར་ཅིག །

དེ་ལྟ་བུའི་གོ་འཕང་མཆོག་ཐོབ་པར་གྱུར་ནས་ཀྱང་འཕྲིན་ལས་ནམ་པ་སྣ་ཆོགས་  
པའི་སྟོན་ནས། འཁོར་བ་མ་སྟོང་གི་དུ་འགོ་བའི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པ་  
དང་། གཙོད་ཡུལ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་གང་ཟག་ལ། །རང་སེམས་བདུད་དུ་མི་ལྟ་  
བར། །སྟེམས་རྟོག་མ་ཡུས་ཆོད་པར་ཤོག །བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་ཅི་བྱུང་ཡང་། །དེ་ལ་རྣམས་  
སེམས་མེད་པར་ཤོག །ངན་པའི་ནམ་རྟོག་ཅི་བྱུང་ཡང་། །དེ་ལ་སྟེམས་བྱེད་མེད་པར་  
ཤོག །དམ་ཆོས་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་འདི། །མཁའ་ལ་ཉི་མུ་ཤར་བ་བཞིན། །ཕྱོགས་དུས་  
ཀུན་དུ་བྱུང་བར་ཤོག །ཅེས་པའི་བསྟོ་བ་དང་། སྟོན་ལས་མང་དུ་བརྗོད་ནས། རང་གི་  
ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། །ནམ་མཁའི་ཡུམ་ཆེན་མོའི་ཐུགས་ཀར་ཤོག་ཡུམ་གྱི་  
ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། །འཁོར་ནམས་ལ་ཤོག་པས། །ཡེ་ཤེས་པ་ནམས་རང་རང་  
གི་གནས་སུ་གཤེགས། །དམ་ཆོག་པའི་གཡས་གྱི་བྱང་སེམས་ནམས་འོད་དུ་ཁྱེན་རྒྱུ་  
གྱི་ཆོས་ནམས་ལ་ཐིམ། །ཆོས་ནམས་འོད་དུ་ཁྱེན་རྒྱུ་གཡོན་གྱི་ཉན་ཐོས་ནམས་ལ་ཐིམ།  
ཉན་ཐོས་ནམས་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཐིམ། །ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་འདས་མ་  
འོངས་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱལ་ལ་ཐིམ། །སངས་རྒྱས་གསུམ་ཡང་ཡུམ་ལ་ཐིམ།  
སྟེང་གི་བརྒྱུད་པའི་རྒྱ་མ་དང་རྒྱུད་སྟེ་བཞིའི་སྣ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡུམ་ལ་ཐིམ། །ཡུམ་  
ཡང་མདུན་གྱི་ང་ཉིད་ལ་ཐིམ། །འཁོར་གྱི་མཁའ་འགོ་མ་བཞི་པོ་ཡང་ང་ཉིད་ལ་ཐིམ། །ང་ཉིད་

ཡུང་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་ཁྱེད་རང་གི་སྤྱི་བོར་མདའ་  
གང་ཅམ་དུ་བྱོན་ནས་བཞུགས་པར་བསམ་ལ། བདག་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
གསོལ་བ་མང་དུ་གདབ་པར་བྱོས་ལ་པཌུབས་པས། རང་གི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་ང་  
ཉིད་ལ་ཐོག་པའི་འོད་རང་པའི་སྒྲོ་ང་ཅམ་དུ་འབར་བ། ཁྱེད་རང་གི་སྤྱི་བོར་ཐེམ་པས་སྤྱན་  
རས་གཟིགས་ཀྱི་སྒྱུར་གྱུར་པར་བསམ་ལ། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡི་གེ་དྲུག་མ་མང་  
དུ་རྒློས་ལ། པཌུབས་པས་མགོན་རྣམས་ཞི་དུལ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་གནས་སུ་  
སོང་ཞིང་། རང་ཉིད་སྤར་གྱི་ལས་བྱེད་མཁའ་འགྲོ་མ་དཀར་མོར་བསྐྱར་ནས་སྤྱོད་ལམ་ལ་  
འཇུག་ཅིང་། སྤང་ཉིད་ནམ་རང་གི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་ང་ཉིད་ལ་ཐོག་པའི་འོད་རང་  
པའི་སྒྲོ་ང་མཁའི་དཀྱིལ་ལྟར་གཞག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཕུང་པོ་གཟན་དུ་བསྐྱར་བའི་རྣམ་  
པར་བཤད་པ་ལྟག་ལུས་མེད་པར་མདོར་བསྐྱུས་པ་ཅམ་ཞིག་བརྗོད་ནས། བསྐྱོ་བ་དང་  
སྒོན་ལམ་གྱིས་མཐར་བསྐྱུས་པ་དང་བཅས་པའི་ཆོག་དོན་རྣམས་མ་ཞོར་མ་བརྗེད་པར་  
ཡིད་ལ་བྱུངས་ལ་སྒྲུབ་བ་དང་ལྡན་པའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་བཞིས་འགྲོ་དོན་མཐར་ཕྱིན་པར་གྱིས་  
ཤིག་དམ་ཆོག་ཅན་ཞེས་གསུངས་པ། ཕུང་པོ་གཟན་བསྐྱར་གྱི་ལུ་ཏུ་སྟེ་ལྟ་བུ་ལོ། །

### ལེབྱ་དྲུག་པ། རྒྱན་ཆེན་མས་ཞུས་ལན།

སྤས་མོ་རྒྱན་ཆེན་མས་ཞུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། དེད་བཞི་སྟེ་བ་དམན་ལ་གོ་བ་རྒྱུང་བས།  
ལས་རྣམ་པར་འཕོ་བའི་སྐབས་ཀྱི་འཆི་ཏྲགས་གསུངས་པ་ལ་རྗེ་ལྟར་མཆིས་པ་ལགས་  
དང་། དམར་འབྱེད་ལ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་པ་བྱེད་པར་བཞི་གསུངས་པའི་བྱེ་བྲག་སྐབས་སུ།  
ཕྱི་ཤ་དང་། རང་ཤ་དང་། བར་ཤ་དང་། རང་ཁྲོལ་དང་། རང་སྒྲོད་དང་། ལྷ་ཆེ་རྒྱུང་དང་།  
ཆོག་མེས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཕུང་པོའི་རང་བཞིན་དབྱེ་བ་ལ་ཅ་དང་རུས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
གངས་ཅི་ཅམ་ཡོད་པ་དང་། རང་ཆ་སྤྱ་གྲུ་ལ་སོགས་ཕྱི་ནང་རྣམས་ཀྱི་ངོས་བཟུང་དང་། ཕྱི་

ནང་བར་གསུམ་གྱི་ལྟ་འདྲི་དང་། ཡ་བདུད་མ་བདུད་ཅེས་པ་ནམས་འོས་བབས་ན་རི་ལྟར་  
བདོག་ལགས། བདག་ཅག་ནམས་ཀྱིས་དེ་ནམས་ལ་སྒོ་འབྲུག་མ་རྟེན་པས། དུམ་གྱིས་  
ལེགས་པར་གསུངས་པ་ཐུགས་ལ་འདོགས་ཞེས་ཞུས་པས། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། རིགས་  
ལྷན་མོ་མོ་ལེགས་པར་ཉོན་དང་། ངས་བཤད་དོ་གསུངས་ནས། དར་ཅིག་ནམ་མཁའི་  
དབྱིངས་སུ་གཟིགས་ཤིང་། སྐུ་ལུས་ལ་འོད་རབ་ཏུ་འབར་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བ་དང་། སྐྱ་གང་  
ནམ་མཁའ་ལ་བཞུགས་ཤིང་དགེ་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་གསུངས་པ། འཆི་རྟགས་ནི་སྤར་བསྐྱེད་  
རྩོགས་ཀྱི་རིམ་པ་བཤད་པའི་སྐབས་ཀྱི་འཆི་ཚུལ་སྟོན་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་བྱ་མོ་ཁྱོད་  
ཀྱི་དྲི་བ་དེ་འཆོལ་དུ་མི་བརྟུབ་པས། ཅུང་ཟད་བཤད་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟེ་འདི་ལྟར་  
ཡིན་ནོ། །

ནད་དྲག་པོས་ཐེབས་ནས་མཐར་ཐུག་པའི་དུས་སུ། ལུས་བྱངས་ཤོར་ཞིང་ལུས་  
ལ་དྲི་ངན་པ་བྱོ་བ་དང་། རྩལ་ཕྱོག་ཅིང་བཟག་མེད་པ་དང་། ཚུལ་སྤྱོད་ཅིང་མིག་ཕྱིག་  
ཕྱིག་མཐོ་དུ་བལྟ་བ་དང་། ཡིད་བྱེད་ཅིང་འགྲོ་འདོད་པའི་སྤང་བ་འོང་བ་དང་། ཁབ་པོར་བ་  
བཅའ་བ་ལྟ་བུའི་ལག་པས་ཉུག་ཉུག་བྱེད་པ་དང་། སྤྱང་བ་སྤྱ་ནམས་བྱེན་དུ་ཡངས་ཤིང་  
སེན་མོའི་བཟག་ཤོར་བ་དང་། སྒྲིམ་དད་ཆེ་ཞིང་དབུགས་བྱང་བྱད་བྱད་བྱེད་པ་དང་། སྤར་  
ལ་བཟག་མེད་པ་བྱིས་ལ་བཟག་གསལ་ཞིང་སྐྱ་ཚྱང་ཚྱང་དུ་སོང་བ་དང་། ཡན་ལག་  
བརྒྱངས་བསྐྱམས་མང་ཞིང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཟང་ཟེང་འོང་བ་དང་། མིག་གི་ལམ་དུ་གཟུགས་  
འདི་ཡིན་མེད་པའི་ཟ་བེ་ཟོ་བེ་མང་པོ་ལན་རེ་གསལ་རང་གི་ལུས་ལ་འབྱར་སྐྱམ་ནས་ལག་  
པས་བཏོག་པའི་ཚུལ་བྱེད་པ་དང་། བོར་མཐོང་བ་དང་། ལན་རེ་མི་མཐོང་ནས་ནག་ཆབ་  
ཚུབ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། རྒྱ་བའི་ལམ་དུ་ཚུ་ཐག་སྐད་འབྲེ་བ་ལུར་ལུར་བ་དང་། མིང་མིང་བ་  
དང་། ཐིག་ཐིག་ཐེར་བ་སྤན་བྱ་རྒྱད་དུ་གྲགས་པ་དང་། སྤའི་ལམ་དུ་ཡང་དྲི་འདི་ཡིན་བྱ་བ་  
མེད་པའི་སམ་མེ་སུམ་མེ་བྱོ་བ་དང་། ལྷེ་ལ་ཡང་རོ་ཁ་བའི་ཤས་ཆེ་བའི་འདེགས་པ་སྤྱང་བ་  
དང་། ལུས་རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་མི་བདེ་གོང་རེ་སོང་བ་དང་། ཡིད་བྱེལ་ཚུབ་ཚུབ་བྱེད་ཅིང་

བྱེན་པ་གཉིས་དང་ལག་རར་གཉིས་ཀྱི་ཅ་དང་རྒྱས་པའི་རྒྱུད་ནས་ཟུག་གཟེར་སྒྲུལ་རྒྱག་པ་  
ལྟར་རྒྱུ་ཁོག་ཐོམ་ངོས་སུ་འོངས་ནས་གཞོང་པའི་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་བ་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། སྒྲི་  
དང་བ་སྒྲུལ་ཐེལ་བ་རྩེད་ཟད་ཆགས་པ་དང་ཉལ་མལ་ཡང་ཡང་སྒྲོ་འདོད་པའི་སྤང་བ་འོང་  
བ་དང་། གཉེན་འབྲེལ་སོགས་གང་ལ་ཡིད་སྲེད་པ་དེ་ལ་ལྟག་པར་ཡིད་ཆགས་པས་མིང་  
ནས་ཡང་ཡང་བརྗོད་པ་དང་། རེས་དབང་པོ་འབྲུགས་པས་མི་ལམ་གྱི་སྐབས་ལྟར་གཞན་  
ཞིག་ཡིད་ལམ་དུ་བྱུང་ནས། གཉེན་འབྲེལ་སོགས་ངོ་མ་ཤེས་ནས་འཆོལ་གཏམ་བན་བུན་  
སྒྲི་བ་དང་། རེས་དབང་པོ་རྩེད་ཟད་ཆུལ་གསར་འོང་བ་དེ་རྣམས་འཆི་རྟགས་དང་པོ་ཡིན་པ་  
ངོས་ཟིན་པ་ཁྲོས་ལ། དེའི་དུས་སུ་རིག་པ་འཆལ་འཆོལ་དུ་འབྲུལ་ན་རིག་པ་བསྐྱེམས་ཏེ་  
འབྲུལ་དུ་མི་འཇུག་པའི་འདུན་པ་དྲག་པོ་ཡང་ཡང་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

དེ་དུས་གཉེན་འབྲེལ་དང་ཟས་ལོར་ལ་ཆགས་ན་ཐམས་ཅད་བདག་འདྲེ་མི་རྟག་པ་  
ཡིན་ནོ་སྟུམ་ནས་གང་ལ་ཡང་ཆགས་པ་མེད་པར་སྒྲུ་མ་དྲན་པར་བྱའོ། །དེ་དུས་སེམས་  
ཁུམ་ན། ཁུམ་པ་མེད་པའི་རིག་པ་རྩེད་ཟད་གི་གདེང་བསྐྱེད་ལ་ཡི་དམ་ལྟའི་ང་རྒྱལ་བརྟན་  
པར་བྱའོ། །འཆི་འོ་སྟུམ་ནས་བྲེད་ན་རིག་པ་འདི་རྒྱ་རྒྱེན་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཅིང་དུས་  
གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་གཟིགས་པར་མི་འགྱུར་བ། ངོ་པོ་མཚན་མ་  
དང་བུལ་བའི་རིག་པ་འདི་ལ་འཆི་རྒྱ་མེད་པ་ལ། སྐྱེ་བ་བྱ་བ་མེད་པས་འགག་པ་ཡང་མེད་  
ཅིང་། གནས་པ་ཡང་མེད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་གཤེས་ལུགས་ཡིན། འཆི་བ་  
མེད་པས་སྐྱག་པར་བྱ་བ་གལ་ཡོད་སྟུམ་ནས་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་རྣམ་དག་དྲན་པར་  
བྱའོ། །

དང་པོ་འཆི་རྟགས་རྣམས་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བ་ལྟ་ཐེམ་སྤྱད་འོང་སྟེ། དེའང་  
འབྱུང་བ་ལྟ་འབྲུགས་པའི་དུས་སུ་འབྱུང་བ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཕྱིའི་རྟགས་དང་། རང་གི་རྟགས་  
དང་གཉིས་འོང་བ་ཡིན། དེའང་ཁ་དོག་རྣམ་པ་ལྟ་ཡིན་པ་ལ་ས་ནི་སེར། རྩ་ནི་དཀར། མེ་  
ནི་དམར། རྒྱུང་ནི་ལྗང་། རྣམ་མཁའ་ནི་མཐིང་གའམ་ནག་པོ་སྟེ། དེའང་དང་པོ་ལུས་བྱུབ་

པའི་ཆོ། སས་རྟེན་བྱས། རྩས་བཟུས། རྩང་གིས་གཡོས། མེས་སྒྲིབ། རྣམ་མཁའ་གོ་  
འབྱེད་དེ་ལུས་གྲུབ་པོ། །དེ་ཡང་སས་རྟེན་བྱས་པས་སྤྱིང་འཐས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཏེ།  
ལན་གཅིག་ཞིག་སྟེ། རྩའི་ནང་དུ་ཐེམ་པས་ས་དང་རྩ་གཉིས་འདྲེས་ཏེ་འཁྲུགས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རྩ་མེ་ལ་ཐེམ། མེ་རྩང་ལ་ཐེམ། རྩང་རྣམ་མཁའ་ཐེམ། རྣམ་མཁའ་འཛི་  
རིག་པ་དང་འགྲོགས་ཏེ་རྣམ་མཁའ་རིག་པའི་སྟོབས་ཞེས་སམ། རྒྱགས་བསྐྱེད། ཐིག་ལེ་  
དྲངས་མ་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ། འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡུངས་དཀར་ཀྱི་འབྲུ་མ་རྩང་  
ཤོས་ཅན་དུ་འདུག་པས། རིག་པའི་རྟེན་བྱས། སྟོག་རྩང་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བས། རིག་པའི་བཞོན་  
པ་བྱས། ཡེ་ཤེས་མ་འགག་པའི་རྩལ་གྱིས་རིག་པའི་སྤྲ་དངས་ནས། དབྱ་མ་འོད་ཀྱི་སྤྱ་གྱུའི་  
ལམ་དུ་ཞུགས་ཏེ། ཐར་པ་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་གོ་འབྱེད་པའམ། སྐར་ཁུང་འབྱེད་པའི་ནང་དུ་  
བྱད་ནས་འོག་མེན་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གནས་སུ་སྒྲིབས་པར་བྱེད་པ་ལ། ལས་སྦྱར་འཕྲོ་བའི་  
མན་ངག་ཐེར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་ས་རྩ་ལ་ཐེམ་པའི་དུས་སུ་ཕྱི་རྟགས་སུ་ལུས་  
ཉམས་ཤོར་ནས་ལུས་མི་ཁྱོགས་ཤིང་བརྟེན་ཆེན་པོས་གཞོན་བཞེན་འོངས་ནས། ཡར་ལང་  
མི་རུས་ཤིང་བྲི་རྩ་མི་སྟོམས་པ་དང་། རྩལ་ཞིག་པ་འོང་། རང་རྟགས་ནི་ཡིད་ལམ་དུ་དུ་བའི་  
རྒྱན་ལྟར་སྟོ་ཡུར་ཡུར་བྱེད་པ་དང་། རྩངས་པ་ལྟར་སྟོ་པ་ལ་ལ་བྱེད་པ་དང་། རྩལ་འཁོར་  
པ་ལྟ་བུ་རང་ཉིད་གཡོགས་ནས་ཐལ་སྟམ་པ་འོང་བ་ཡིན་ནོ། །

རྩ་མེ་ལ་ཐེམ་པའི་དུས་སུ་ཕྱི་རྟགས་ལ་ཁ་སྒྲ་སྒྲམ་དབྱགས་ལ་མེ་བྱོད་ཆ་ངར་ངར་  
འོང་། མཚུ་གཉིས་མི་འཕྲོད་ལྟེ་བསྐྱམས་ནས་ལོག་ལོག་པོར་སོང་ནས་སྤྱོ་བ་དཀའ།  
གནས་ལྟར་བྱོད་ཆ་ལམ་པ་འོང་། རང་རྟགས་ནི་ཡིད་ལམ་དུ་སྒྲིག་རྒྱ་འཁྲིགས་པ་ལྟ་བུར་  
མེར་མེར་བྱེད་པ་ཁྲིག་ཁྲིག་གཡོ་བ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་གཡེང་བ་དང་། ཆར་རྩང་ཆེན་པོས་  
གཡོག་སྟམ་པ་དང་། རྩ་ཆེན་པོ་གཡོ་སྟམ་པ་དང་། རྩ་བོ་ཆེན་པོས་ས་གཞི་གཡོས་པར་  
འདུག་སྟམ་པ་དང་། རྩ་བོ་ཆེན་པོས་ས་གཞི་ཁེབས་པར་འདུག་སྟམ་པ་འབྱུང་། མེ་རྩང་ལ་  
ཐེམ་པའི་དུས་སུ། ཕྱི་རྟགས་ལ་ལུས་ཀྱི་བྱོད་ཤོར་བ། དབང་པོ་རྣམས་མི་གསལ་བ་འདྲ།

སྐལ་བ་མང་བ་དང་། དབྱུགས་འདྲེན་མི་རྒྱས་ནས་དལ་བྱས་ན་ར་ར་བྱེད་ཅིང་སྐལ་བ་རིང་  
པོ་རེ་རེ་འབྱུང་ངོ་། །

ནང་རྟགས་ནི་མར་མེ་འབར་བ་འབྲ་བ་དང་། མར་མེ་པར་ཁྱེར་ཚུར་ཁྱེར་བྱེད་པ་  
ལྟ་བུ་དང་། མེ་ཆེར་གྱུར་ཏེ་རང་ཉིད་ཆོག་སྐྱམ་པ་དང་། རི་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་ལ་མེ་འབར་བ་  
བྱུང་སྐྱམ་པ་འོང་བ་ཡིན་ནོ། །རྒྱུད་ནམ་མཁའ་ལ་ཐེམ་པའི་རྟགས་ལ། བྱི་བྱ་ཁ་ལྟེ་དང་ལུས་  
ལ་སྒྲིབ་ནག་པོ་ནག་ཆ་ལ་ལ་འབྱུང་ཞིང་། ལུས་ཀྱི་འོད་སྟོན་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་གོར་  
གོར་པོར་གྱུར་ཏེ། རྒྱངས་པ་ཅུང་ཟད་བྱ་བྱ་ལྟ་འོང་ཞིང་། གྲེ་བར་སག་སག་ཅེས་པ་ཅུང་  
ཟད་གྲག་གོ། །ནང་རྟགས་ལ་འོད་ནམ་མཁའ་ལ་སྒྲིན་ཐག་ཆད་པ་ལྟ་བུ་གསལ་ལ་དྲངས་པ་  
ཞིག་འོང་བའི་ངང་ལ། འོད་སྐྱར་བྱུག་པ་མདའ་ལྟ་བུ་སྒྱུ་ཤར་ཤར་བྱེད་པ་དང་། ཁ་བ་བྱ་  
ཡུག་ལྟ་བུ་ཆབ་ཚུབ་བྱེད་ཅིང་། རྒྱུད་ཆེན་པོས་གཡེང་སྐྱམ་ནས་དངངས་པའི་རྣམ་པ་རྒྱང་  
རྒྱང་ཉང་ཉང་ཞེས་པའི་དངངས་པའི་དངངས་རིང་ཉར་ཉར་འོང་། དེ་དུས་འཛིགས་པ་ཆེན་  
པོ་རྣམས་འོངས་ཏེ། མིག་གི་དབང་པོ་རྒྱབ་པའི་ཆེ་འོད་ཟེར་མཆོན་ཆའི་ཅེ་མོ་འབྲ་བ་དང་།  
མེ་ལྟེ་ཆད་པ་འབྲ་བ་དང་། ར་ཡབ་ཀྱི་ཕྱང་པོ་འབྲ་བ་དང་། སྒྲིན་ཆེན་པོ་གཡོ་བ་འབྲ་བ་  
དང་། བ་བ་དང་ཉ་རྒྱ་འབྲ་བ་དང་། སེམས་ཅན་ཀྱི་གཟུགས་འཛིགས་སུ་བྱུང་བ་འབྲ་བ་  
དང་། ཆ་ལང་རྟེན་པ་འབྲ་བ་དང་། སྒྲིག་རྒྱ་གཡོ་བ་ལྟར་མེར་མེར་བྱེད་པ་དང་། ཁ་དོག་མི་  
འབྲ་བ་སྐྱ་ཆོགས་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་དང་། སྒར་མཐོང་མ་སྒྲོང་བའི་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་པ་  
རྣམས་འོང་ལ། དུས་དེ་དང་མཉམ་པོར་ན་བའི་དབང་པོ་རྒྱབ་པས་སྐྱ་ཕྱར་ཕྱར་ཟེར་ཟེར་པོ་  
གངས་ལས་འདས་པ་དུས་གཅིག་ལ་འོང་བའི་སྐྱད་ཅིག་གི་རྗེས་སུ་ཐིག་ཆོམ་ཟེར་བའི་སྐྱ་  
ནམ་མཁའ་ཁོལ་རྟེན་ཏུ་བྱུང་སྐྱམ་པ་འོང་། དེ་ནས་འབྲུག་སྟོང་དུས་གཅིག་ལ་སྐྱད་ངར་བྲག་  
པོ་སྟོན་པ་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་འོངས་ནས་ཤིན་ཏུ་བྲེད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་བྱི་རོལ་ཏུ་  
ཅི་ཡང་མི་ཆོར་ནས་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་འགགས་པས། དེ་ཡུན་རིང་དུ་  
སྒངས་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་འབྱུང་། དེ་ནས་འབྱུང་བ་ལྷ་ནང་དུ་འདུས་དེ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ནས་



འཕགས་པ་ལ་འབྱུང་བ་བཞི་འཕགས་པ་ལ་རང་གཞུགས་ལ་གཤེན་རྩིས་པ་ལྟ་བུའི་  
གཞུགས་མཐའ་ཡས་པ་དུ་མ་ཞིག་མཐོང་བའི་སྣང་བ་འོང་། འབྱུང་བ་ལྟ་བུའི་འཕགས་པ་ལ་ནང་  
དུ་རང་ཉིད་གཡེང་བས་ཤིན་ཏུ་བྲེད་པའི་སྣང་བ་འོང་། དེ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་དང་ཐིག་ལེ་  
དཀར་དམར་ས་དང་བཅས་པ་འདྲེས་པའི་ནང་དུ་བྱམ་གྱིས་བརྟམས་ཏེ། མར་མེ་རྒྱུད་གིས་  
གསད་པ་བཞིན་དུ་ནག་ཐོམ་གྱིས་དབང་པོ་མེད་པར་འགྲོ། དེ་ནས་དར་ཅིག་ཅམ་འབྱུང་  
བའི་སྒྲིགས་མ་དང་། ཐིག་ལེའི་སྒྲིགས་མ་རྣམས་འོག་དུ་སྒྲིགས་ནས། འབྱུང་བ་དང་ཐིག་  
ལེའི་དྲངས་མ་མི་ཤིགས་པ་ཞེས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཞིང་དྲངས་མའི་རང་དང་ལྡན་ཞིང་གཡོ་  
བ་མེད་པའི་ནང་དུ། རིག་པ་གསལ་ཞིང་དྲངས་ལ་སྤྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུའི་  
ས་ལེ་བ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་ལྟ་བུའི་ལྷག་གོ་བ། རང་ངོ་རང་  
གིས་ཤེས་ཤིང་རང་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པ་ཞིག་དར་ཅིག་ལ་འོང་གི། དེའི་ཆེ་དབྱུ་མ་འོད་ཀྱི་  
རང་བཞིན་སྒྲུ་གྱའི་ནང་ནས་སྤྱི་གཙུག་ཆངས་པའི་བྱ་གུ་རྒྱ་མཐོངས་ཁ་བྱས་པ་ལྟ་བུའི་ནང་  
དུ་འབྱུང་བར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་དང་པོ་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ། མཐར་ལུས་སེམས་བྲལ་ཏེ་བྱང་  
ཆུབ་ཆེན་པོ་མ་ཐོབ་བར་དུ། ལྷ་མ་དང་། ཡི་དམ་ལྟ་དང་། ལྟ་བ་རྣམ་དག་དང་གསུམ་ལ་  
ལྷག་པར་དུ་སྤྲིམ་དགོས་པ་གལ་ཆེ་བ་དང་བཅས་པའི་ལས་སྦྱང་རྣམས་བྱུང་གི་འཕོ་བའི་  
མན་ངག་འདི་ཡིད་ལ་བྱུངས་ལ་གཞན་ལ་པན་པ་མཐའ་ཡས་པ་སྦྱབས་ཤིག་དང་རིགས་  
ལྡན་བྱ་མོ་ཀུན་ཅེས་གསུངས། རིགས་སད་བྱ་དང་བྱ་མོ་རྣམས་ལེགས་པར་ཉོན་དང་།  
ལྷང་པོའི་རབ་དུ་དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་བཤད་ཀྱི་འདི་ལྟར་ཡིན་ནོ། །ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་  
ཨང་། དེའང་རང་རེའི་ལུས་སྤྲོད་མོང་བའི་ལུགས་ཏེ་སྤྱི་ལ་བཤད་པ་འདི་མ་རྒྱུད་ཁ་ཅིག་ལྟེ་  
བ་ནས་ཆགས་སོ། །འདི་སྦྱབ་པའི་ཆེ་མའི་མངལ་དུ་པའི་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་ཆུའི་བདག་ཉིད་  
ཅན་དང་། མའི་ཐིག་ལེ་དམར་པོ་མའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རང་གི་རྣམ་  
ཤེས་ཀྱི་ཐ་ཞེས་པ་དེ་སྟོག་རྒྱུད་གི་རྟ་ལ་ཞོན་ནས་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་དེར་ཞུགས་པས་

ཐམས་ཅད་འདྲེས་ཏེ་སྤྲ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་ལ་ས་ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེ་ཡང་སས་རྟེན་  
བྱས། རྩལ་བ་སྤྲུས། མེས་སྤྱིན་པར་བྱས། རྒྱུད་གིས་འཕེལ་བར་བྱས། རྣམ་ཞེས་ལ་ནམ་  
མཁའི་ཁམས་ཟེར་བ་ལྟེ་ནམ་མཁས་གོ་འབྲེད་པར་བྱས་པས་ལུས་གྲུབ་སྟེ། དེ་ཡང་ལུས་  
དང་པོ་ལྟེ་བ་ནས་ཆགས་པས། ལྟེ་བའི་རྩ་ལ་ལུས་བརྟེན་པས་རིམ་གྱིས་ལུས་གྲུབ་པའི་  
ཐོག་མར་རྩ་རྣམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་དང་པོ་ལྟེ་བར་རྩ་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་བཞི་ཆགས་ཏེ། ལྷི་རིམ་དུ་རྩ་འདབ་མ་  
དུག་ཅུ་རྩ་བཞི། དེའི་ནང་དུ་བཅུ་གཉིས། དེའི་ནང་དུ་བརྒྱད་དེ། ཁྱི་བཙེགས་པ་ལྟ་བུར་ཡོད་  
པ་ལ་སྤྲུལ་པའི་འཁོར་ལོ་ཟེར། སྤྱིང་ཁར་རྩ་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གཉིས་ཏེ། ལྷི་རྩ་རྩ་འདབ་མ་  
བརྒྱད། དེའི་ནང་དུ་བཞི་སྟེ། བད་མའི་འདབ་མ་ལྟར་འདུག་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཟེར་ཏེ།  
དེ་ལས་ཡར་གྲུས་པས་མགྱིན་པར་རྩ་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གཉིས་ཏེ། ལྷི་རྩ་རྩ་འདབ་མ་བཅུ་  
དུག །དེའི་ནང་དུ་བརྒྱད་དེ། ལུས་པའི་མགྱིན་པ་ལྟར་ཡོད་པ་ལ། ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་  
ཟེར། དེ་ལས་ཡར་གྲུས་ཏེ། ལྷི་བོར་རྩ་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་སྟེ། དེའི་ནང་དུ་བརྒྱད།  
གདམས་ཐབས་སུ་ཡོད་པ་ལ་བདེ་བ་སྤྱེད་བྱེད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཟེར། དེ་ལས་མར་གྲུས་པ་  
ལས་འོར་བུའི་རྩ་བར་འདབ་མ་བཅུ་དུག །སྤྱེད་པར་འདབ་མ་བརྒྱད། རྩ་མོར་འདབ་མ་  
བཞི་སྟེ་ཆགས་པའི་རྩ་ལོ། །

དེ་ནས་ལྟེ་བ་ལས་རྩ་བཞི་གྲུས་པ། ཡན་ལག་བཞིའོ། །དེ་ནས་ལྟེ་བ་ལས་མཆིན་  
པ་དང་། མཁའ་མ་གཉིས། སྤྱིང་དང་། ལྷོ་བ་དང་། མཆོར་བ་དང་དུག་གི་རྩ་གྲུས་ཏེ། དེ་  
རྣམས་ལས་སོ་སོར་རྩ་གྲུས་པས་མཆིན་པ་ལས་མིག་རྩ་བྱུང་། མཁའ་མ་གཉིས་ལས་རྩ་  
བ་གཉིས་། སྤྱིང་ལས་སྟེ། ལྷོ་བ་ལས་སྟེ། མཆོར་བ་ལས་མཆུ་རྩ་གྲུས་སོ། །དེ་ནས་ལྟེ་བ་  
ལས་རྩ་གྲུས་པ་སོ་བ་དང་། ལོང་ག་དང་། རྩུ་མ་དཀར་ནག་དང་། མཁྲིས་པ་དང་། ལྷང་བ་  
དང་། མེན་ཡུ་དང་། ལྷོད་རྣམས་བསྐྱེད་དོ། །ཡན་ལག་བཞིའི་སྤྱི་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་  
ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་མཆོམས་སུ་རྩ་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གཉིས་ཏེ། ལྷི་ནང་བཅུ་གཉིས་རེ་མཉམ་

པས་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་དང་། ལྷ་ནམས་ཀྱི་རྒྱད་དུ་ཅ་ལྷ་ལྷ་བརྒྱུད་ས་པ་དང་ཆེགས་པ་ནན་ནམས་  
ཀྱི་མཆོམས་སུ་བྱེ་ནང་དུ་ཅ་ལྷ་ལྷ་སྟེ་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ནམ་པ་དང་། ཀྱང་མཐེལ་  
ལག་མཐེལ་བཞི་ལ་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གཉིས་ཏེ། བྱེ་རོལ་དུ་བཅུ་གཉིས། བྱང་དུ་བྱུག་སྟེ།  
ཆེགས་པ་ནན་ནམས་ཀྱི་རྒྱད་དུ་ཅ་གཉིས་གཉིས་བརྒྱུད་ས་པ་དང་། ཅ་འཁོར་ལོ་བཞིའི་དབྱུས་  
སུ་དབྱུ་མ་ཞེས་པ་དེ་བྱེ་དཀར་ལ་ནང་དམར་བ་སྒྲུག་མའི་མདའ་སྟོན་ཤོས་ཅམ་ཞིག་ཡོད་  
པའི་མར་སྟེ་གསང་བའི་ཅ་འཁོར་ཀྱི་དབྱུས་སུ་བྱུག་ལ། ཡར་སྒྲུ་གཡོན་དུ་རྒྱང་བོར་བྱུད་  
ནས་ཅ་ཁ་འབྲེད་པར་ཡོད་དོ། །དེའི་གཡས་སུ་རོ་མ་ཞེས་པ་དང་། མ་ཞེས་པ་དང་།  
གཉིས་ཁ་དོག་དང་། ཆོད་དབྱུ་མ་དང་འབྲེད་པའི་མར་སྟེ་གསང་བའི་ཅ་འདབ་བརྒྱད་པ་དང་  
བཞི་པའི་བར་དུ་སོང་ནས་ཅའི་སྟེ་མོ་གཉིས་ཡར་དབྱུ་མའི་ནང་དུ་བསྒྲུབ་པ་ཡིན་ལ་དེ་ནས་  
དབྱུ་མ་ལ་འཁྲིལ་ཏེ་ཡར་སོང་བ་སྒྲུ་བའི་ཅ་འཁོར་ཀྱི་ནང་ནས་དབྱུ་མ་ལ་ཚུར་རྒྱབ་པས་  
གཅིག་དུ་གྱུར་ཏོ། །ཅ་སྟེ་སྟེ་བ་གཉིས་ཡན་ལག་གི་ཚུལ་དུ་བྱེར་བྱུག་པ་མིག་གཉིས་ལ་  
བྱུག་གོ། ཅ་གསུམ་གའི་མདོ་ནས་དབྱུ་མའི་ཡན་ལག་ཅ་ཐུབ་ཞིག་བྱེར་བྱེས་པ། དཔལ་  
བའི་མཛོད་སྒྲུ་ལ་བྱུག་གོ། ཅ་གསུམ་ག་ཡང་དྲུངས་ཤིང་གསལ་ལ་རྒྱང་གིས་བརྒྱུད་པ་ཡིན་  
པའི་དབྱུ་མ་ལ་ཡང་ནང་དུ་ཅ་འཁོར་བཞིའི་ནམ་པ་སྒྲུག་མའི་ཆེགས་པ་ལྷ་བྱ་ཡོད་པའི་  
དབྱུས་སུ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཅ་དབྱུ་མ་ཞེས་པ་དབྱུལ་ཚུའི་ཁ་དོག་ལྷ་བྱ་གསལ་ལ་དྲུངས་པའི་  
འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་བྱེ་ནང་ཟངས་ཐལ་ཤེལ་ལྟར་དུ་དག་པ། ཅ་ཨ་ཕ་  
རྒྱ་ཏའི་སྟེ་ཤོས་ཅམ་པའམ། རྒྱ་ཁབ་སྟེ་ཤོས་ཅམ་དུ་ཡོད་པའི་ནང་  
པའི་ནང་དུ་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱང་དང་འགྲོགས་ནས་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཡས་རོ་མའི་ནང་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཅ་དམར་ལ་དྲུངས་པ་བརྒྱ་རྒྱ་གའི་མདོག་ལྟར་  
རབ་དུ་དམར་བ་ཀྱང་གི་སྒྲུར་མ་སྟེ་ཤོས་ཅམ་པའམ། རྒྱ་ཁབ་སྟེ་ཤོས་ཅམ་དུ་ཡོད་པའི་ནང་  
དུ་ཐིག་ལེ་དམར་པོ་རྒྱ་སྒྲུག་གི་ཁུ་བ་ལྟར་རབ་དུ་དམར་ཞིང་དྲུངས་པ། སྟན་ཆེན་ཀྱི་དོག་  
པ་ཅམ་གྱིས་ཁྲིགས་སེ་གང་ནས་ཡོད་དོ། །གཡོན་རྒྱང་མའི་ནང་དུ་ཐབས་ཀྱི་ཅ་དྲུང་ལྟར་

རབ་ཏུ་དཀར་བ་སྒོམ་པ་གཡས་དང་འབྲ་བའི་ནང་དུ་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་དངུལ་ཆུ་ལྟ་བུའི་  
སྒྲིག་ཆེན་ཅམ་གྱིས་ཁྲིགས་སེ་གང་བ་འོད་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཅ་  
གར་གནས་པ་ན། རྒྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས། ཉི་མ་དང་འོད་ཟེར་གྱི་ཚུལ་དུ་གནས་  
པའོ། །ཡེ་ཤེས་མེད་ན་སེམས་མི་འབྱུང་། སེམས་མེད་ན་རྒྱུ་མི་འབྱུང་། སེམས་གཅིག་  
བྱུང་ན་ཡེ་ཤེས་གཅིག་བྱུང་བས། དེ་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཅལ་ཡིན་པ་ལ། དེ་ག་  
པ་དང་། སེམས་དང་། རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་ཟེར་ཏེ་བརྟགས་ན་གང་ཡང་མ་བྱུང་བར་དབྱེར་  
མེད་དུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་བྱད་མེད་ལ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱི་ཅ་གཉིས་དང་། འོར་བུའི་ཅ་བའི་ཅ་  
འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་གོ་བ་རྒྒྱུ་པ་དང་། ཐོ་མའི་མཆོན་མ་གཉིས་མི་འབྲ་བ་མ་གཏོགས་  
གཞན་རྣམས་འབྲ་བ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཅ་དཀར་ཆའི་མར་སྒྲེ་ནས་སོར་གཉིས་ཀྱི་  
སར་ཅའི་ལག་ཅས་པ་སྐྱ་བྱ་གཉིས་མར་འོར་བུའི་ཅ་འཁོར་གྱི་དབྱུས་སུ་ཁ་ཡར་ཐུང་ཟད་  
འི་ནས་ཡོད་པ་དང་། བྱད་མེད་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཅ་ལ་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་དང་གཉིས་སོ་སོ་  
གཉིས་ཀའི་གཡས་སུ་ཡོད་པ། དུས་ཀྱི་བོད་དང་ཕྱད་པ་ན་ཅ་ཁ་མར་གྲོལ་བ་ཡིན་པ་དང་  
བཅས་པ་ལུས་དང་པོ་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །སྐལ་ཆོགས་ནས་བརྟགས་ཏེ་  
གཞུང་རུས་དང་། རྟེན་ཆོགས་དང་། མགོ་དང་། ཡན་ལག་དང་བཅས་པའི་རུས་པ་རྣམས་  
ཅ་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་གྱིས་བྱུང་བས་རུས་པ་རྣམས་ཆུ་རུས་ཀྱིས་བསྐྱོགས་པའི་ཆུ་རུས་  
ལས་ཤིག་ཐམས་ཅད་ཆགས་པའི་རྒྱུ་ཏུ་བགས་པ་རིམ་པ་བདུན་རིམ་པ་བཞིན་ཆགས་པའི་  
རྒྱུ་ཏུ་བ་སྐྱ་རྣམས་སྐྱེས་པ་དང་བཅས་པས་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱུང་སྟེ་མའི་  
མངལ་ནས་བྱིར་ཐོན་པའོ། །

དེ་ཡང་རུས་པ་དང་། ཀླང་མར་དང་། ལྷ་བ་དང་། ཆོལ་བུ་དང་། ཆུ་རུས་དང་།  
གཞུང་བ་དང་། ལྷན་པ་དང་། བྱང་སེམས་དཀར་པོ་དང་། དེ་རྣམས་ནི་པའི་ཐིག་ལེ་ལས་  
བྱུང་བ་ཡིན་ལ། ཤ་དང་། ཁྲིག་དང་། ཞག་དང་། སེར་དང་། བགས་པ་རིམ་པ་བདུན་དང་།

སྒྲ་དང་། བ་སྒྲ་དང་། རྟ་དམར་པོ་དང་། དེ་ནམས་ནི་མའི་ཁུ་བ་དམར་པོ་ལས་གྲུབ་བ་  
ཡིན་ལ། ཅ་དང་ནང་ཁོལ་ལ་སོགས་བ་གཞན་ནམས་ནི་བ་མ་གཉིས་ཀའི་སྒྲིམ་ཐུན་ལས་  
གྲུབ་བ་ཡིན་བ་དང་བཅས་པའི་ལུས་རྫོགས་པར་གྲུབ་པའི་ཆེ། ཅའི་གངས་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།  
ཅ་ཆེན་སྟོང་ཆོ་བཞི་དང་། ཅ་ཐན་ཁྲི་ཆོ་བརྒྱད། ཅ་ཡང་ཐན་འབྲུམ་ཆོ་གཉིས། ཅ་ཞིབ་བྱེ་  
བ་ལས་འདས་བ་བ་སྒྲིའི་གངས་དང་མཉམ་སྟེ། བ་སྒྲ་ཡང་བྱེ་བ་ལས་འདས་སོ། །

རུས་བ་ལ་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ལྟ་མ་དང་བཅས་བ་དང་། ཅུ་རུས་ཡང་རྒྱས་པའི་  
གངས་ལས་ལྷ་འགྲུར་གྲིས་མང་བ་ཡིན་ནོ། །རུས་བ་ལ་ཡང་། ཡན་ལག་གི་ཅེ་མའི་མཛུབ་  
མོ་ཉི་ཤུ་ལ་དུམ་བྱ་བཞི་བཞི་སྟེ་བརྒྱད་ཅུ། ཀར་པའི་ལོང་བྱ་གཉིས། ལག་པའི་ལག་འགག་  
གཉིས་དང་བཞི་ལ། དུམ་བྱ་ལྷ་སྟེ། ཉི་ཤུ་དང་བརྒྱ་ཐམ་བ། སྒྲིམ་ཆོགས་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་རེ་  
ལ་ལྷ་ལྷ་སྟེ་དགྲུ་བཅུ་ཅ་དྲུག །མ་ནི་དུམ་བྱ་བཞི་དང་བརྒྱ་ཐམ་བ། ཡན་ལག་གི་ཀར་ཆེན་  
བརྒྱད། ཀར་ཐན་བཞི་དང་བཅུ་གཉིས། དཀྱིལ་གཉིས་ལ་བཞི་བཞི་སྟེ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ། སོ་  
སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་དང་ལྷ་བཅུ་ད་གཉིས། ཅིབ་མ་བཙོ་བརྒྱད་དང་བདུན་ཅུ། སྒྲིམ་ཆོགས་  
བཞི། ལྟ་ལའོར་དང་ལྷ་མཛུབ་རྒྱུད་གི་རུས་བ་དང་དྲུག་ལ་ལྷ་ལྷ་སྟེ་སུམ་ཅུ་དང་བརྒྱ་ཐམ་  
བ། བྲང་མཛུབ་གཉིས་ལ་དུམ་བྱ་བརྒྱད། གཡས་གཡོན་གྱི་ཅིབ་བྲང་ལ་གསུམ་གསུམ་སྟེ་  
དྲུག་དང་བཅུ་བཞི། སྒྲིག་རུས་ཕྱི་ནང་ལ་དུམ་བྱ་དྲུག་དང་ཉི་ཤུ། ཀར་མགོ་ལག་མགོའི་  
རུས་བ་བཞི་ལ་དུམ་བྱ་གསུམ་གསུམ་སྟེ་བཅུ་གཉིས་དང་སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས། དུམ་མོའི་  
ཆོགས་གཉིས་འཕང་ལོ་གཉིས་དང་བཞི། ཕྱི་ཉིད་གི་རུས་བ་གཉིས་དང་དྲུག །སོག་བ་  
གཉིས་དང་བརྒྱད་རེ་རེ་ལ་གསུམ་གསུམ་སྟེ་ཉེར་བཞི་དང་ལྷ་བཅུ་ད་དྲུག །གསང་སྒྲིའི་  
རུས་བ་ལེབ་ལེབ་པོ་ལ་དུམ་བྱ་བཞི་དང་དྲུག་ཅུ་ཐམ་བ་དང་། རུས་བ་སུམ་བརྒྱ་དང་དྲུག་  
ཅུ་ཡིན་ནོ། །

ལྟ་མ་ནི་མགོ་དུམ་བྱ་གཅིག་པ་ནས་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བཙོ་བ་ནི་ལྟ་  
མའོ། །དེ་ལ་ཤ་རུས་ཁྲག་དང་། ཅ་རྒྱས་པགས་པའི་བར་དུ་རྒྱུད་གི་བྱེད་ལས་ཀྱིས་ཐམས་

ཅད་དངས་སྒྲིགས་ཕྱེ་ཞིང་བསྐྱེད་པའི་མི་གཙང་བའི་རྣམས་སུ་མ་ཅུ་མོ་གཉིས་ལས་གྲུར་པའི་  
གདོས་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཞེས་པ་ལུས་འདི་གྲུབ་པའི་ཕྱི་ཤ་གཟུགས་དྲུག་ཅེས་པ་ནི། ཀྱང་  
པ་གཉིས། ལག་པ་གཉིས་དང་བཞི། བྱང་དང་ཁོག་ཆོས་གཉིས་དང་དྲུག་ཡིན། མགོ་པོ་  
མན་མཁལ་དང་བཅས་པ་དང་། ཀྱང་ཞག་མཚན་མ་དང་བཅས་པ། བྱང་ཕྱེ་འབྲུར་དང་  
བཅས་པ་ནི་བར་ཤ་ཡིན། མཆིན་དེ་སྒྲིག་ཅ་དང་བཅས་པ། དལ་མོ་མཁལ་ཤ་དང་བཅས་  
པ། ཕྱེ་མ་བཟུལ་ཉིང་དང་བཅས་པ་ལ་ནང་ཤ་ཟེར། སྒོ་བ་དབྱུགས་ཀྱི་བྱ། སྒྲིང་ནི་ཅའི་བྱ།  
མཆེར་བ་ནི་ཁྲག་གི་བྱ། མཆིན་པ་ནི་ཤའི་བྱ། མཁལ་མ་ཆེན་ཀྱི་བྱ། མོ་བ་བཅུད་ཀྱི་བྱ།  
ལོང་ག་ཟས་ཀྱི་བྱ། རྒྱ་དཀར་ཆེལ་ཀྱི་བྱ། རྒྱ་ནག་ཆུ་མེར་ཀྱི་བྱ་དང་དགྲ་སྟེ་དེལ་ནང་ཆ་  
བྱ་དགྲ་ཟེར། དོན་སྟོང་ནི་སྒྲིམ་པ་ཞག་གི་སྟོང། མཁེས་པ་བྲིའི་སྟོང། སྒྲང་བ་ཆུའི་སྟོང། མོ་  
བ་བྲོད་ཀྱི་སྟོང། ལོང་ག་ཟས་ཀྱི་སྟོང། རྒྱ་མ་བཟུལ་བའི་སྟོང་དེ་དོན་སྟོང་དྲུག་ཟེར། སྒོ་སྒྲིང་  
མཆིན་མཆེར་མཁལ་མ་གཉིས་དང་དེ་རྣམས་ལ་ནང་ཁོལ་ཟེར། ཀྱང་བའི་བརྒྱ་གཉིས་བྱིན་  
པ་གཉིས་དང་བཞི། དཀྱིལ་གཉིས་དང་དྲུག་། ལག་པའི་རར་གཉིས་དབྲུང་པ་གཉིས་དང་  
བཞི། སོག་པ་གཉིས་དང་དྲུག་སྟེ་བཅུ་གཉིས་ལ་ལྷ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཟེར། མཛུབ་མོ་དང་།  
སྒྲུལ་པའི་ཆོགས་པ་རྣམས་ལ་ལྷ་ཕྱན་ཟེར། ཀྱང་པ་ལོང་བྱའི་རུས་པ་གཉིས། ལག་འགག་  
གི་རུས་པ་དང་། རུས་མའི་རུས་པ་གཉིས། མཛུབ་ཆུང་གི་རུས་པ་དང་། ལྷག་པའི་འཁོར་  
མའི་ཆོགས་བདུད་སྟོ་ཞེས་པ་དང་གཉིས་ཉེ། ཆོགས་ཆེན་བཅུད་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

ཕགས་པ་ལ་ནང་དུ་ཤའི་རིམ་པ། དེའི་རྒྱབ་དུ་དར་ཤའི་རིམ་པ། དེ་ནས་ཆུ་རུས་  
ཀྱི་རིམ་པ། དེ་ནས་ཅའི་རིམ་པ། དེ་ནས་ཆེལ་བྱའི་རིམ་པ། དེ་ནས་སྒྲི་མའི་རིམ་པ། དེ་  
ནས་ཕགས་པ་སྟེ། རིམ་པ་བདུན་དང་བཅས་པ་ནི། ཕྱང་པོའི་རབ་དུ་དབྱེ་བ་ཡིན་པས་ཡིད་  
ལ་བྱུངས། ད་ནི་ལུས་ཀྱི་ཆགས་ཚད་བཤད། ལུས་ཆེ་བཤས། འབྲིང་དང་། ཆུང་བ་གང་ལ་  
ཡང་། རང་རང་འདོམ་པ་བརྒྱུད་བ་གང་རེ་སྟེ། བྱ་བཞི། མཐོ་དགྲ། མཛུབ་བཅུ། བྱང་མོ་  
བཅུ་གཉིས། བྱུང་བཅུ་བཞི། ཆག་མ་བཅུ་དྲུག་། ཆོན་ལྷ་བཅུ་ཅ་བཞི། སོར་བརྒྱ་དང་

བརྒྱུད། རས་འབྲས་ཉིས་བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་དང་དྲུག་གི་ཆད་དང་ལྔ་བ་ཕྱི་ལུས་པོ་དབྱིབས་  
ཀྱི་ཆགས་ཆད་ཡིན་ལོ་ཡིད་ལ་འཇགས་པར་གྱིས། ད་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་ཐས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལྔ་འི་  
ཆགས་ཆད་སོ་སོར་བསྟན་པ་ལས། སྒྲུབ་པ་རང་གི་སྟེན་པ་བརྒྱུད་པ་གང་། ཁྱེད་ཀྱི་རང་  
གི་སྟེན་པ་བཞི། རྩ་མེར་ཁྱོར་བ་དྲུག །བད་ཀན་ཁྱོར་བ་ལ་བ་གང་། རྩུང་ལ་སྟེན་པ་ཁ་  
སྦྱར་གང་། མཁྱིམ་པ་ལ་ཁ་མཁྱུར་ལ་བ་གང་། བྱང་སེམས་དཀར་དམར་གཉིས་ལ་ཁ་  
མཁྱུར་གཉིས་ཀ་བརྒྱུད་བའི་གང་རེ་སྟེ། དེ་ལས་འཕེལ་ནས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པར་གྱུར་  
ནས་འཛིན་གྱི་ཟད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ཆེན་དེ་རྩུང་ཡང་སྟེན་པ་གང་སྟེ་ངེས་པ་མེད་པས་འཕེལ་འགྲིབ་ཆེ། ལྷགས་དང་  
ལུང་བ་གཉིས་ལ་ཆད་མེད་པས་རྒྱུན་གྱི་འཛིན་པའི་རྩ་ཡིན། ཁ་ཆུ། མིག་ཆུ། ལྷ་ཆུ། རུལ་  
ཆུ་ནི་རྒྱུན་གྱིས་བཅོར་བའི་རྩ་བཞི་སྟེ། བཞི་པོ་འདི་ཡི་ཆད་ལ་ངེས་པ་མེད། སྒྲོ་ཡུ་ལག་  
རར་གང་། མིད་ཡུ་ཁྱུ་གང་། སྟོང་ནི་ལག་པ་གཡོན་པའི་མཛུབ་མོ་ལྔ་འི་མགོ་བསྐྱུས་པའི་  
ཆོམ་ཆོམ་པོར་བྱས་པའི་མཛུབ་མོའི་རྩ་བ་ལག་མཐོལ་དང་མཆོམས་ཀྱི་ཆེགས་འབྱུར་པོ་  
མན་ཆད་ཀྱི་ཆད་དང་མཆུངས་ཤིང་ཟུར་གསུམ་པོ་རྣེས་རུས་པའི་རྟེན་དང་ལྔ་བ་པོ། སྒྲོ་  
བ་ནི། སྟེན་པ་གཉིས་ཁ་སྦྱར་ཏེ་མཁྱིམ་མ་མན་ཆད་དང་། སྒྲོ་བ་གཡས་གཡོན་རེ་རེ་མཉམ་  
ལ། རྩ་བ་དེའི་དྲུག་ཆ་དང་། བརྒྱར་བཤོས་པའི་ཆ་དང་འབྲ་བ་ཡོད། མཆོར་བ་ནི། རང་རང་  
གི་ལྟེན་ཆད་བཞི་དང་མཉམ། མཆོན་པ་མཆོར་བ་བཞི་ལས་ཅུང་ཟད་ལྷག །མཁལ་མ་རང་  
རང་གི་རྩ་བ་གཉིས་དང་མཉམ། རྒྱ་ནག་ལ་རང་འདོམ་དགྲ། རྒྱ་དཀར་ལ་འདོམ་དོ་དང་ཁྱེ་  
གང་། མོང་ག་ལ་ཁྱེ་དོ་སོར་བཞི། སྒྲོམས་སྤྱ་རང་གི་བྱིན་པའི་ཆད་དང་མཉམ། སྒྲུང་བ་དང་  
སྟོང་གི་འུན་པ་མཉམ་སྟེ། སྒྲུང་བ་ངེས་མེད་གང་སྟོང་ཆེ། མཆོན་མ་ནི་སྟེན་པ་ལ་བྱིར་མཐོ་  
གང་འབྱུར་བ་ཙམ་ཞིག་ནང་ན་ཡང་དེ་ཙམ་ཞིག་ཡོད། བྱུང་མེད་ལ་ནང་རྒྱབ་ལ་སྟོན་དུ་  
གྱུར་བ་ཡིན་པའི་རང་མཐོ་གང་། ཤ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་ཆད་ལ་སྤར་ཆང་ལྔ་བརྒྱ་དང་དགྲ་  
ཡོད་དོ། །

ཆེལ་བྱ་ལ་ངེས་པ་མེད་དེ། འོན་ཀྱང་རྒྱས་པའི་ཆོད་ནི། སྤྲེལ་པ་བརྒྱུད་པ་གཉིས་  
ཡོད། ཀྱང་མར་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པ་སྐྱུང་པའི་བྱེད་དང་མཉམ་ཟེར་ཏེ། དེ་བས་ཅུང་ཟད་  
ཅུང་ངོ་། །ཅ་རྣམས་ཀྱན་ལ་སྤར་བ་དོ། རྒྱ་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྤར་བ་ལ། རྒྱས་པ་ཀྱན་ལ་བྱ་  
མོ་གང་། སྤྱོད་པ་སྤྲེལ་མ་འདོམས་སྤྲེལ་རྣམས་ལ་ངེས་པ་མེད་དོ། །བ་སྤྲེལ་སོར་ཐུན་ཅེ་  
སོར་བྱེད་དང་མཉམ། བགས་པ་ལ་རང་རང་གི་སྤར་བ་བཙོ་བརྒྱུད་ཡོད་པ་དང་བཅས། བྱི་  
ནང་བར་གསུམ་ལུས་ཀྱི་ཆོད་ཡིན་པས་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག །དེ་ནི་བྱི་ནང་གི་ལྷ་འདྲེ་ཞེས་  
པའི་དབྱེ་བ་ལགས་ཀྱང་། མཐོན་ལ་ཡང་བྱི་ནང་བར་གསུམ་དུ་ཤེས་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་སྤྲེལ་  
མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྤྱོད་རྣམས་ལ་ནང་གི་མཐོན་བྱེད། ལན་ཆགས་པ་དང་།  
རིགས་དྲུག་སྤྱི་གཞི་བདག་དང་བཅས་པ་ལ་བར་བྱི་མཐོན་བྱེད། ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་  
རྣམས་ལ་ཤ་ཁྲག་གཏོང་བ་ལ་བྱིའི་མཐོན་བྱེད་པ་ཡིན། ནང་གི་མཐོན་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྲེལ་མ་  
བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་དང་། བྱེད་པར་རྩ་བའི་སྤྲེལ་མ་དང་། རྒྱལ་བ་སྤྲེལ་དང་སྤྲོ་བ་  
མར་བཅས་པ་ལ་ནང་གི་མཐོན་བྱེད། རྒྱུད་སྟེ་བཞིའི་ལྷ་ཆོགས་སམ། བྱེད་པར་རང་གི་ཡི་  
དམ་བྱི་ལྷ་གང་ཡིན་པ་དང་། མ་རྒྱུད་བྱི་ལྷ་ཆོགས་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་ལ་  
བར་བྱི་མཐོན་བྱེད། དཔལ་མགོན་ལྷ་མ་དཔལ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་བྱིའི་མཐོན་བྱེད་པ་  
དང་གསུམ་ནི། རྒྱབས་གནས་མཐར་ཐུག་གི་མཐོན་གསུམ་ཡིན། བར་མ་ལ་ཡང་གསུམ་  
སྟེ། ལན་ཆགས་པ་རྣམས་ལ་ནང་གི་མཐོན་བྱེད། རིགས་དྲུག་སྤྱི་ལ་བར་བྱི་མཐོན་བྱེད།  
གཞི་བདག་དང་སྤྱི་ལ་བྱིའི་མཐོན་བྱེད་པ་སྤྲིན་གནས་ཀྱི་མཐོན་གསུམ་ཡིན། དེ་ཡང་  
རྒྱབས་པའི་གནས་དང་། སྤྲིན་པའི་གནས་དང་གཉིས་ལ་བྱི་ནང་གི་མཐོན་གསུམ་རེ་བྱས་  
པའི་དགོས་ཆེད་ནི་གང་ཟག་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་བསྐྱུབ་པའི་ས་ལམ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པར་  
འདུག་པས། དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཁྱོད་རྣམས་ལ་བཤད་པས་ཤེས་པ་དེ་ཡིན།  
བྱིའི་ལྷ་འདྲེ་ལ་གསུམ་སྟེ། དེ་ཡང་གང་ཟག་གི་སྤྱོད་ལ་རག་ལས་པས། གང་ཟག་ཐར་པ་ཁོ་  
ན་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལས་གདོན་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཟེར་ཏེ། དེ་



ལ་ལན་ཆགས་ཀྱི་བདག་པོ་བདག་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་ལ་ནང་གི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད། ལུས་གཏོན་ལ་གཏོན་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་ལ་བར་གྱི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད། རང་ཉིད་འདུག་པའི་གནས་སུ། དེ་ཞི་བ་མ་ཡིན་པའི་དྲག་པོ་ཡིན་པའམ་ཡང་ན་ཡུལ་སྤྱོད་གས་དེ་རུ་གཏོན་དྲག་པོ་འཇིགས་སུ་རུང་བ་ཡོད་པའམ། ཡང་ན་མོ་དེ་ལ་ནད་ཡམས་ཆེན་པོ་གཏོང་བའི་བདག་པོ་གསུམ་ལས་གང་ཡིན་པ་གཟུགས་ཅན་མིའི་དགྲ་དང་གཟུགས་མེད་ལྷ་འདྲེའི་དགྲ་ཟེར། ལྷ་འདྲེ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་དེ་ལ་ཕྱིའི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། གང་ཟག་ནད་དང་གཏོན་གྱིས་ཉེན་པ་ལ་དེའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ། ལུས་གཏོན་འཁོར་བཅས་ལ་ནང་གི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད། གནས་བདག་འཁོར་བཅས་ལ་བར་གྱི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད། ལས་གཏོན་འཁོར་བཅས་ལ་ཕྱིའི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་གནས་བདག་འདུལ་བར་བྱེད་འདོད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའམ། ཡང་ན་གནས་བདག་ལ་ལས་བཅོལ་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ན། གནས་བདག་འཁོར་བཅས་ལ་ནང་གི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད། ལུས་གཏོན་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་བར་གྱི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད། ལས་གཏོན་འཁོར་བཅས་ལ་ཕྱིའི་ལྷ་འདྲེ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་དེ་ནི་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་གྱི་ལྷ་འདྲེའི་དབྱེ་བ་ཡིན། ཡ་བདུད་ནི་ལྷ་འདྲེ་པོ་རིགས་ཞེས་པོ་བདུད་ལ་ཟེར། མོ་བདུད་ནི་ལྷ་འདྲེ་མོ་རིགས་ཞེས་པོ་བདུད་དམ་མོ་ལ་ཟེར་ཏེ། མོ་བདུད་མོ་བདུད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི་སྤར་བྱེད་ཆོས་ཤེས་པ་དེ་ཡིན་ནོ་རིགས་ལྡན་ལས་འཕྲོ་ཅན། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་རྒྱན་ཆེན་མས་ཞུས་པ། མ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ཆེན་མོ་ལགས། ལུས་གྲུབ་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་གིས་བྱེད་པ་ཡིན་ན་རྒྱུད་ལ་གངས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་ཡོད་དམ། གངས་མེད་ནས་རྒྱུད་གཅིག་གིས་བྱེད་པ་ཡིན་ནམ། ལུས་འདི་མི་གཙང་བའི་རྣམས་སུམ་ཅུ་ཅུ་གཉིས་གང་ལ་ཟེར། གཏོས་བཅས་ཞེས་པ་དང་། སྤང་པོ་ཞེས་པའི་མཆན་ཉིད་རི་ལྟར་ལགས། ཞེས་ཞུས་པས། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། སུ་མོ་ཉོན་དང་། རྒྱུད་གི་མཆན་ཉིད་སྤར་བཞིན་དུ་སྤྲགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་དེ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ད་ལྟར་ཡང་ཅུང་ཟད་བཤད་

དོ། །ཉོན་དང་འདི་ལྟར་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱངས། རྒྱུ་ནི་ཅའི་གངས་དང་མཉམ་པ་ཡིན་ཏེ།  
དེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་བསྐྱུས་ན། རྒྱུ་ནི་ཕུ་ཅ་གཉིས་ལ་འདུས། རབ་ཏུ་བསྐྱུས་ན་གསུམ་ལ་  
འདུས་པ་ཡིན། ཤིན་ཏུ་བསྐྱུས་ན་གཉིས་ཏེ། དེ་ཡང་དང་པོ་རྒྱུ་ནི་ཕུ་ཅ་གཉིས་ལ་བཞེས།  
ཕྱིའི་རྒྱུ་དང་། རང་གི་རྒྱུ་དང་། བར་གྱི་རྒྱུ་དང་། གསང་བའི་རྒྱུ་དང་བཞིའི་དང་པོ་ལ་  
བརྒྱད། འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་གནས་པར་བྱེད་པ་སྟོམས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་གཅིག །འབྱུང་བ་  
ལྷ་སོ་སོར་འགོག་པར་བྱེད་པ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་གཉིས། འབྱུང་བ་ལྷའི་རང་བཞིན་  
བྱེད་པར་བྱེད་པ་བཤེག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་གསུམ། གཡོ་ཞིང་འདེགས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་  
དང་བཞི། སྤང་པོ་འཛིག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་དང་ལྔ། སྤང་པོ་བཟླ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་དང་  
དྲུག །ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པའི་རྒྱུ་དང་བདུན། ཀྱན་ཏུ་བྱུང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་དང་  
བརྒྱད་དེ་ཕྱིའི་རྒྱུ་བརྒྱད་ཅེས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་ཡང་བརྒྱད་དེ། བྱེད་ཏུ་རྒྱ་བ་མཁྱིན་པའི་རྒྱུ་དང་གཅིག །བྱ་བ་  
ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པ་སྤྱིང་གི་རྒྱུ་དང་གཉིས། རྒྱུ་སྤྱིགས་འབྱེད་པ་པོ་བའི་རྒྱུ་དང་  
གསུམ། བྱེད་ཏུ་རྒྱ་བ་གསང་བའི་རྒྱུ་དང་བཞི། བཟུག་མདངས་བསྐྱེད་པ་སྟོབས་ཀྱི་རྒྱུ་  
དང་ལྔ། ལས་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིང་རྩེ་མེད་པའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་དྲུག །ལས་ལས་བྱུང་  
བའི་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་བཟང་སྟོམས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་བདུན། ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པ་ཆོས་ཉིད་ཡེ་ཤེས་  
ཆེན་པོའི་རྒྱུ་དང་བརྒྱད་ལ་ནང་གི་རྒྱུ་བརྒྱད་ཟེར།

གསུམ་པ་ལ་ལྔ་སྟེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ལྷའི་ལས་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་  
རྒྱུ་དང་པོ་རྒྱ་བས་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པས་ན་བས་སྐྱ་སོས་  
པར་བྱེད། བཟུག་གསུམ་པས་སྒྲིལ་བའི་ཆོར་བར་བྱེད། བཞི་པས་ལྷེས་རོ་སྤྱོད་བར་བྱེད། ལྔ་  
པས་བགས་པས་རེག་བྱ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ་བར་གྱི་རྒྱུ་ལྔ་ལོ། །བཞི་པ་ནི་བདེ་སྤྱུག་  
ཐམས་ཅད་ཆོས་ཉིད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་ཏུ་རོ་མཉམ་པའི་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པར་

གཞི་གདོད་མ་ནས་སྟོམས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཞིག་གནས་པ་ལ་ཀུན་སྟོམས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། གསང་བའི་རྒྱུ་གཅིག་པ་ཡང་ཟེར་རྟེ། རྒྱུ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཉིས་པའོ། །

རབ་ཏུ་བསྐྱས་པ་ནི། བྱིར་རྒྱུ་བ་དང་ནང་དུ་འབྱུག་པ་དང་། གནས་པ་དང་གསུམ་ཡིན། དེ་ཡང་བྱིར་རྒྱུ་བ་སོར་དུག་གི་བར་དུ་རྒྱུ་པའོ། །ནང་དུ་རྒྱུ་བ་དང་། གནས་པ་ཡང་འབྲེལ། །བྱིར་རྒྱུ་བ་རྩྱུ་དང་། ནང་དུ་རྒྱུ་བ་ལྔ་དང་། གནས་པ་ལ་ལྷ་ཅད་དང་། ལྷ་གསུང་སྤྲུགས་ཐུང་བཤད་པ་བཞིན་ཡིན་ནོ། །ཤེན་ཏུ་བསྐྱས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་གཉིས་ཡིན་པ་ལ། ཉོན་གཅིག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཁྱིམ་ཆོ་བཞི་དང་ཉིས་སྟོང་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་ཁྱིམ་ཆོ་བཞི་དང་ཉིས་སྟོང་སྟེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་ཉོན་གཅིག་ན་བརྒྱད་ཁྱིམ་ཆོ་བཞི་སྟོང་སྟེ་ལ་མར་རྒྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་མཆོན་མོ་ཡང་བརྒྱད་ཁྱིམ་ཆོ་བཞི་སྟོང་སྟེ་ལ་མར་རྒྱ་བས་ཞག་གཅིག་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་བརྒྱད་ཁྱིམ་ཆོ་བཞི་སྟོང་རྒྱུ་ཡང་མི་ཆོར་ཞིང་རིག་པར་དཀའ་སྟེ། འཁོར་བ་ཐོག་མེད་དུས་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་སྤངས་སྟོབས་རྒྱུ་བས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་ནི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་གི་གསེབ་ཏུ་མི་མཛོན་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། ཞག་གཅིག་ལ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་བརྒྱད་ཁྱིམ་ཆོ་བཞི་སྟོང་རྒྱུ་བས། ནམ་ཤེས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་གིས་གཡོ་བ་ལས། ཡིད་ཉོན་མོངས་འགྲུ་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་པ་སྣ་ཆོགས་པ་བྱུང་ནས་འཁོར་བར་འབྱུང་པའི་རྒྱུ་བྱེད། ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་གིས་མི་དགེ་བའི་ལས་བསགས་པས་རིགས་དུག་ཏུ་སྦྱོར་བར་བྱེད་དོ། །

དེ་ཡང་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་རྒྱུ་གིས་རིག་པ་དེད་ནས་སྤར་སེལ་ཀྱི་རྒྱུ་དང་རིག་པ་འགྲོགས་ནས་འོག་སྒྲོར་བྱུང་ན་དཔྱལ་བར་སྦྱེད། །སྤར་སེལ་དང་འགྲོགས་ནས་གསང་བར་བྱུང་ན་ཡི་དྲགས་སུ་སྦྱེད། །དྲངས་སྟོགས་འབྱེད་པའི་འཕོ་བའི་རྒྱུ་དང་འགྲོགས་ནས་ལྷ་བར་བྱུང་ན་དུད་འགྲོར་སྦྱེད། །སྟིང་རྩེ་མེད་པའི་རྒྱུ་དང་འགྲོགས་ནས་ལྷག་པའི་བདུད་སྒྲོར་བྱུང་ན་ལྷ་མ་ཡིན་ལ་སྦྱེ་བ་དེ་ནམས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་གིས་རྒྱུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་གིས་ལས་བྱས་ནས་སྟོབས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་འགྲོགས་ནས་ཁམས་སྤྲུག་

ཏུ་བྱད་ན་ལྷ་དང་མི་བྱ་སྐྱེའོ། །ཁྱད་པར་དུ་སྒྲ་བྲག་གཡོན་པར་བྱད་ན་འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་  
དང་མི་ལུས་གཙང་མ་ཐོབ་པར་གསུངས། བྱེན་རྒྱ་དང་འགྲོགས་ཏེ་མིག་ཏུ་བྱད་ན་  
གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་ལྷར་སྐྱེ། བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་དང་འགྲོགས་ཏེ་ན་བར་བྱད་ན་  
གཟུགས་མེད་དུ་སྐྱེའོ། །ཆོས་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་འགྲོགས་ཏེ་ཆངས་བྲག་ཏུ་བྱད་ན་  
གཙང་མའི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་འཕམ་ཁྱད་པར་འོག་མིན་ཀྱི་ལྷ་ལ་སྐྱེའོ། །བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་  
དང་འགྲོགས་ཏེ་མི་ཤེགས་པའི་ཐུག་ལེ་ལ་ཐེམ་ན་རིག་པ་སྟོང་གི་དབུས་སུ་སང་ནས་ཆོས་  
ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་ཞིང་འོངས་སྟོང་རྫོགས་པའི་སྐུ་དང་ཞིང་ཁམས་དང་  
བཅས་པ་དེ་ཉིད་དུ་འཆར་ཏེ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་སྒྲ་བྲག་གཉིས་སུ་རྒྱུད་ལྷ་ལྷ་སྟེ་རེ་རེ་དུས་གཅིག་ཏུ་རྒྱ་བའི་གཡས་པ་ནི་  
ཐབས་དང་། གཡོན་པ་ནི་ཤེས་རབ་དང་། གཉིས་ཀ་ནས་མཉམ་དུ་རྒྱུད་རྒྱ་བས་ཐབས་  
དང་། ཤེས་རབ་བྱུང་འབྱུག་གི་རྒྱུད་ཟེར་ཏེ་གཡས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུད་ཤས་ཆེ་བས་  
སྟོན་དུ་གདའོ། །གཡོན་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་ཁོ་ན་ཡིན་པས། ལས་ལ་འབྱུག་ན་གཡས་སུ་  
རྒྱ་དུས་སྟོན་དུ་འབྱུང་བས་རྒྱུད་མི་བཟུང་། མཉམ་པོར་རྒྱ་བའི་དུས་སུ་ཡིན་ནས། ཁྱད་  
པར་དུ་རྒྱུད་གཡོན་དུ་རྒྱ་དུས་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་དང་པོ་རྒྱུད་རོ་ལེགས་པར་འདོན་  
དགོས་པས། དང་པོ་ཏ་བདུན་བཟངས་ཏེ་ཁ་ནས་འདོན། དེ་ནས་རྩྭ་བདུན་བཟངས་ཏེ་སྒྲ་  
ནས་འདོན་ལ། མཐར་པུཅ་གྲིས་བཅད་ནས་སྟེང་རྒྱུད་མཐོན། འོག་རྒྱུད་བསྐྱམས་ཏེ་གང་དུ་  
གཞུན་པའི་རྒྱུད་རེ་རིང་རེ་རིང་དུ་སོང་ནས་མཐར་དབུ་མར་ཚུད་པར་འོངས་ནས། ལུས་ལ་  
འོད་སྒྲིམ་ནས་གོས་མི་དགོས་པ་དང་། རྒྱུད་མི་རྒྱ་བས་ཉོན་མོངས་མི་སྐྱེ་བ་དང་། འགྲོ་  
མགྲོགས་པ་དང་། སྒྲ་བ་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་དང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་རྟོགས་ཤིང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་  
འཆར་བ་དང་། མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྷ་དང་། སྐུ་ལྷ་དང་། འཕོ་བ་གྲོང་འབྱུག་ལ་ཤོགས་  
པ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་ནས་འོང་བ་ཡིན་པས། རྒྱུད་ཚོ་ལ་གྱི་བྲེ་བྲག་  
ཐམས་ཅད་སྒྲར་བཤད་པ་བཞིན་དུ་བཙོན་འབྱས་སྐྱེད་ཅིག་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་དུས་སུ་རིག་

པ་ཆོས་ཉིད་རང་ས་ཟེན་པས་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་གཡོ་བར་མི་རུས་པར་གཏུག་མ་སྟོང་གསལ་ཆེན་པོའི་རང་ལ་གནས་པས་སྤྱི་བ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་རིག་པ་དྲངས་པའི་རང་དང་ལྡན་པའི་སིང་ངེ་བ་དེ་ལ་རྟོ་རྟེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། རང་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པའི་ཆེ་ཉི་ཆེ་དང་མཉམ་པ་དང་། ཞིང་ཁམས་གང་དུ་འགྲོ་བ་ལ་དབང་བ་ལ་སོགས་པ་དབང་ཐོབ་པ་མང་པོ་འབྱུང་བ་ལ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེའང་རྒྱང་དབུ་མར་རྒྱུད་པ་ལ་རྟགས་དང་ཡོན་ཏན་དེ་འབྲ་བ་འོང་བས། རྒྱང་ཚོལ་ལ་སྤྱི་བ་པ་གཡུ་ཆེ་བ་ཡིན་པ་དང་། འོན་ཀྱང་རྒྱང་ཚོལ་མ་བྲས་པའི་དུས་སུ་ཡང་རྒྱང་དབུ་མར་རིག་ཅམ་རེ་རྒྱུད་པས། དེའི་རྟགས་ཀྱང་རིག་ཅམ་པ་རེ་པོ་མོ་གང་ལའང་འོང་སྟེ། རིག་དཀའ་བ་ཡིན། དེ་གང་ཞེ་ན་པོ་མོ་གཉིས་འཕྲད་པའི་སྐབས་དང་། སྤྱིད་པ་བྲག་པོ་འོང་བ་དང་། སྐལ་བ་བྲགས་ཆེན་པོ་འོང་དུས་དང་། དེ་གསུམ་ལ་དར་ཅིག་ལ་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་འགག་ནས་བརྒྱལ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་འོང་བའི་རང་ལ་སྤྱི་བུ་མེད་པའི་བདེ་བ་བྱུང་བར་ཅན་ཞིག་འོང་བ་དེ་མི་ཆོར་ཏེ། རྟོག་འབྱུ་བ་ཅམ་མམ། དེ་བས་ཀྱང་ཡུན་མུང་ལ་ཕྲ་བ་ཞིག་བྱུང་བ་དེ་རྒྱང་དབུ་མར་རྒྱུད་པའི་རྟགས་ཡིན་པ་དང་། ལུས་སེམས་ཕྲལ་བའི་དུས་ལ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་ལྟག་གི་བ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་ཡང་རྒྱང་དབུ་མར་རྟགས་པའི་དོན་ཡིན་པས། དེའང་པོ་མོ་གཉིས་འཕྲད་པ་དང་། སྐལ་བ་དང་། སྤྱིད་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་དང་དེ་རྣམས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་ལས་ལ་འབྱུང་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་གྱིས། ལར་ཡང་སྟོན་བཅུད་ཐམས་ཅད་རྒྱང་གི་བྱེད་ལས་ལ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཁམས་དང་སྤྱི་མཆེད་རྣམས་ཀྱང་རྒྱང་གི་བྱེད་ལས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ཁ་ཟས་རོ་བྲག་གི་རྣམ་པ་ཅན་བཏུང་བ་དང་། བཅའ་བ་ཐོས་པ་སྟོག་རྒྱང་གིས་མར་དེད་པས་པོ་བར་བྱིན་ཏེ། མེ་མཉམ་རྒྱང་གིས་བསྐྱོལ་བས་དྲངས་སྟོགས་འབྱེད་པ་ལས་སྟོགས་མ་ནི་ཐག་པ་དང་། དྲངས་མ་ནི་ཐག་ཏུ་འགྱུར། ཐག་གི་སྟོགས་མ་ནི་བད་ཀན་དང་།

མཁྱིམ་པའོ། །དྲངས་མ་ནི་ཤིང་ཡིན་ནོ། །ཤེས་སྒྲིག་མ་ནི་བྱ་གཞི་དེ་མ་ཆམས་ཡིན་ལ།  
དྲངས་མ་ནི་ཆོས་བྱ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་བྱའི་དྲངས་མ་ནི་རྩ་བ་པ་དང་། སྒྲིག་མ་ནི་རྩ་  
ཆུང་། །རྩ་བའི་སྒྲིག་མ་ནི་སོ་སོའི་དང་། བ་སྐྱ་ཆམས་ཡིན་ལ། དྲངས་མ་ནི་རྒྱ་མཚར་  
ཡིན་ནོ། །རྒྱ་མཚར་གྱི་སྒྲིག་མ་ནི་བཀའ་པ་དང་། དྲངས་མ་ནི་ཐོག་ལེ་ཡིན་ནོ། །

ཐོག་ལེའི་སྒྲིག་མ་སྤྱད་ཀྱི་བཀའ་མདངས་བསྐྱེད་ལ། དྲངས་མ་ནི་ཡོན་ཏན་  
གྱི་ཅ་ལམ་སྒྲོབས་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོབས་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ལེ་དྲངས་མ་དེ་ཡང་  
རྒྱ་མཚན་པ་རབ་ཏུ་སྒྲིམ་པས། དྲངས་མའི་དྲངས་མ། རབ་ཏུ་དྲངས་མ། དྲངས་མ་ཆེན་པོ།  
དྲངས་མ་ཆེན་པོའི་བཅུད་དུ་སྒྱུར་པ། རྒྱ་མཚན་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་པའི་དྲངས་མ།  
ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་སྒྱུར་བར་བྱེད་པའི་དྲངས་མ། ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་དྲངས་མ།  
མཆོག་ཆེན་པོའི་དྲངས་མ། འགྲུ་མེད་དོན་རྒྱ་བྱ་སྒྲིལ་དུ་དྲངས་མ་ཞེས་པ་ནི་མཐར་  
ཐིན་པའི་ས་ཡིན་པ་དང་བཅུ་སྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱ་མཚན་གྱི་ཡུལ་གྱི་དགོས་པ་ཡིན་པའི་  
མན་ངག་གི་གནད་ཐམས་ཅད་ཁྱེད་ཆོས་སྤྱད་ནས་ཤེས་པ་བཞིན་ཡིན་པས་ཉམས་ལེན་ལ་  
བརྟེན་པར་གྱིས། ཐོག་ལེ་བཅུ་པོ་དེ་དག་ནི་གང་ཟག་གང་གི་རྒྱ་མཚན་གྱི་ཅོལ་བས་ཉམས་སྦྱོར་  
སྤངས་པ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བས་སངས་རྒྱུས་གྱི་ས་ལ་ཐིན་པར་  
རྩ་བ་པ་དོན་རྒྱའི་དྲངས་མ་ཡིན་པའི་བར་ལ་འཕེལ་བས་འཕེལ་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་ལེ་ཟེར་ཏེ། གང་  
ཟག་གི་ཅོལ་བས་བསྐྱབས་ན་ཐོག་ལེ་བཅུ་པོ་འཕེལ་ལ། མ་བསྐྱབས་ན་ཐོག་ལེ་བཅུ་པོ་  
འཕེལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ལར་ཡང་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱི་མཐུན་དུ་ཐོག་ལེ་འཕེལ་འགྲིལ་མེད་ཅིང་རང་བཞིན་  
དུས་ཐམས་ཅད་ལ་གནས་པའི་ཐོག་ལེ་བཞི་དང་གཉིས་དང་གཅིག་ཡིན་ཏེ། དེ་གང་ཞེ་ན་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབྱེ་བར་ལུས་ཀྱི་ཐོག་ལེ། མཐོན་པར་ངག་གི་ཐོག་ལེ། སྤྱི་  
གང་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ལེ། རྟེན་བར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ལེ་སྟེ་བཞིའོ། །སྤྱི་བོར་པ་ལས་ཐོབ་པའི་  
ཐོག་ལེ་དཀར་པོ་རྒྱུད་བདག་ཉིད་ཡིག་འབྲུའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་གནས་པ། གསང་གནས་སྤྱི་

མ་ལས་ཐོབ་པའི་ཐིག་ལེ་དམར་པོ་མེད་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིག་འབྲུའི་རྣམ་པ་རྒྱང་གི་གདན་  
ལ་གནས་པ་དང་གཉིས་ཐིག་ལེ་གཉིས་པའོ། །མི་ཞིགས་པའི་ཐིག་ལེ་གཅིག་པའོ། །དེ་ལྟར་  
ཅ་དང་རྒྱང་དང་ཐིག་ལེ་གསུམ་གྱིས་བྱེད་ལས་ཐམས་ཅད་ཁྱེད་ཆོས་ཤེས་པ་བཞིན་ཡིན་  
པས་ཅ་ཐིག་རྒྱང་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་ཡོན་ཏན་སྤེལ་བའི་ཐབས་ལ་བཙོན་པར་གྱིས་དང་གཞན་  
དོན་འབྲུང་ངོ་བུ་དང་བུ་མོ་ཀྱན། ཅ་རྒྱང་དང་ཐིག་ལེའི་བསྐྱུས་དོན་ཅུང་ཟད་བཤད་པའི་  
གསར་བའི་རྒྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །མི་གཙང་བའི་རྣམ་སྲུང་ཅ་ཅ་གཉིས་ལས་ཕྱི་རུ་བརྒྱད།  
བར་རུ་བརྒྱད། ཉར་རུ་བརྒྱད། གསར་བའི་བརྒྱད་དེ་བརྒྱད་ཆོན་བཞིའི་དང་པོ་ནི། སྤྱ་སེན་  
གཉིས། བགས་པ་ཆེལ་བུ་གཉིས། ཅ་རྒྱུས་གཉིས། ཤ་རུས་གཉིས་དང་བརྒྱད་དེ། ཕྱིའི་  
རྣམ་བརྒྱད་དོ། །ཀར་མར་ལྟ་བ་གཉིས། གཞུང་བ་སྤྱད་པ་གཉིས། ལྷབས་ལུད་ཅི་མ་  
གཉིས། ཅི་ཆེ་ཅི་རྒྱུང་གཉིས་དང་བརྒྱད་དེ་བར་གྱི་རྣམ་བརྒྱད་དོ། །

མཁལ་མ་དང་རྒྱ་མ་གཉིས། བད་ཀན་དང་མཁྱིམ་པ་གཉིས། མཆེན་པ་དང་  
མཆེར་བ་གཉིས། རྒྱུ་རྒྱུ་གཉིས་དང་བརྒྱད་དེ་ནང་གི་རྣམས་བརྒྱད་དོ། །ཐུག་ཞག་རྒྱ་མེར་  
དང་གསུམ། རྟོད་དབྱུགས་རྒྱ་རྒྱ་གསུམ། བྱང་མེམས་དཀར་དམར་གཉིས་དང་བརྒྱད་དེ་  
གསར་བའི་རྣམས་བརྒྱད་དང་སྐུ་རྒྱ་ཆ་གཉིས་པོ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་རྣམས་ཐམས་ཅད་གཅིག་  
ཏུ་བསྐྱེམས་པའི་ཁོང་ཁོང་པོ་འདི་རྣམས་ལ་སྤང་པོ་ཟེར་བ་དང་། དེའང་སྤུས་འདི་རྣམས་ཐུག་  
གི་རྒྱལ་པ་རྒྱས་པའི་རྒྱལ་པ་བཅུགས་ཤིང་རྒྱ་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱོགས་ནས་ཅའི་བྲ་བས་དགྲིས་  
ཤིང་བགས་པའི་རྒྱས་གཏུམ་པའི་ཐུམ་པོ་ཅག་ཅིག་པོ་འདི་ལ་སྤང་པོ་ཟེར་བ་དང་། དེའང་  
རྣམས་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་སྤང་པོ་ཡོང་ཡོང་པོ་འདི་ལ་སྤང་པོ་ཟེར་བ་ཡིན་པ་ནི།  
སྤང་པོ་འདི་ལ་ཆགས་པ་དང་ཞེན་པའི་ཕྱིར་དུ་མི་གཙང་བའི་རྣམས་ཀྱི་ཐུམ་པོར་བསྐྱན་བས།  
རྣམས་ཀྱི་སྤང་པོ་འདི་གཅིག་དང་དུ་མར་བྲལ་ནས་དབྱུང་བས་དེ་གང་ལ་ཡང་ཆགས་པ་  
དང་། ཞེན་པ་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་མི་གཙང་བའི་རྣམས་སུ་བསྐྱན་པ་ཡིན་པ་དང་། དོན་  
གནས་ལ་ཡང་མི་གཙང་བའི་རྣམས་ཡིན་ལ། མི་གཙང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཐར་དུར་ཁྱོད་དུ་

བསྐྱར་བས་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིད་ལ་མི་འདོད་ནས། ལྷ་སྒྲག་ཅིང་ཞེ་ལོག་པར་བྱེད་པའི་མི་  
གཙང་བའི་རྣམ་ཐམས་ཅད་ཆོགས་པ་ལ་ཕྱང་པོ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ཡང་དཔེར་ན་རི་བོ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩལ་གྱི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པ་དང་འབྲས་ཤྱེ། གངས་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱ་བ་རྣམས་  
གཅིག་ཏུ་བཅེགས་པའམ། འདུས་པ་ལ་ཕྱང་པོ་ཟེར་བ་ཡིན་པ་དང་། ཚུ་ཕན་མང་པོ་འདུས་  
ནས་ཆེན་པོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ལ་ཚུའི་ཕྱང་པོ་ཟེར་བ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་རང་རེའི་ལུས་འདི་  
ཡང་རྣམ་རིགས་མི་འབྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་བཅེགས་པ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ལ་ཕྱང་པོ་ཟེར་བ་ཡིན་  
པ་ཞེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་དང་། ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་།  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷ་ལ་ཡང་ཕྱང་པོ་ཟེར་བ་ཡིན། ལས་བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་གསོག་  
པའི་རྟེན་གནས་སམ། ལས་བཟང་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡང་  
ཕྱང་པོ་ཟེར་ལ། ལར་ཡང་སྒྲིན་དང་ཡོན་ཏན་གཉིས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པས་ཀྱང་ཕྱང་པོ་ཟེར་  
བ་ཡིན་པ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ཕྱང་པོ་འདི་ལ་ཡན་ལག་བཞི་ཉིང་ལག་  
བཞི་མིག་སོགས་དབང་པོའི་སྒོ་སྒྲེ་མཆོད་དང་བཅས་པ་ལ་གཟུགས་ཟེར་བ་ཡིན་ལ།  
གཟུགས་དེ་ཡང་འདུས་བྱས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱབ་པས། སྒྲུ་ལུས་མ་ཞིག་གི་བར་དུ། ས་ཚུ་མེ་  
རྒྱང་འབྱུང་བ་དང་རི་བྲག་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐོགས་པས་ལུས་འདི་གཞོས་དང་འབྲ་བའི་ཕྱིར་  
གཞོས་བཅས་ཟེར་ཏེ། ལུས་འདི་དང་བྲལ་ན་གཞོས་དང་བྲལ་བ་དང་འབྲ་བས་རིག་པ་ལ་  
ལན་ཅིག་གང་ལ་ཡང་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཞིག་འོང་བ་ཡིན་ཅིང་། དེས་ན་རིག་པ་ལས་བཟང་  
ངན་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་འཕྲོགས་ནས་འཕྲོ་བ་ཡིན་ལ། གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་འདི་ལུས་པོ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་དུ་ལུས་པོ་ཟེར་ལ། དེ་ཡང་ཕྱང་པོ་ཞེས་པ་དང་། ལུས་པོ་ཞེས་པ་དང་།  
གཟུགས་ཞེས་པ་དང་། མིང་གང་ལྟར་འདོགས་ཀྱང་། འདུས་བྱས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱབ་ལྟར་  
བ་བཞི་ལ་གཞི་བྱས་ནས། ལས་དང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དབང་གིས་འདུས་པའི་དངོས་པོ་ཅན་  
དབྱིབས་ཅན། ཡོང་ཡོང་པོའི་ལས་འབྲས་དང་རྣམ་ཤེས་གཉིས་ཀའི་རྟེན་དུ་རྩད་བ་འདི་ལ་



གཏོས་བཅས་ཟེར་ཏེ་ནམ་ཤེས་ལས་དང་བཅས་པ་ལ་ཟེར་བས་གཏོས་བཅས་ཟེར། གཏོས་  
བཅས་འདི་མི་རྟག་མི་བརྟན་ཏེ་སྐྱུ་མ་དང་འབྲ་བས་ནམ་འཇིག་ཆ་མེད་ཅིང་ལྷན་པོ་འདི་  
ཡིན་པས་སྐྱུ་ལྷན་ཟེར་བ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་གྲིས་ཤིག་རིགས་ལྡན་ཀྱན་ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

ཡང་རྒྱན་ཆེན་མས་ཞུས་པ། མ་ཅིག་ལགས་རྒྱང་གི་སྐབས་སུ་རྒྱང་རྡོ་ཁ་དང་སྐྱ་  
ནས་འདོན་པ་ལ་ཏ་དང་རྩྱ་དང་པུཤ་དང་གསུམ་མིན་པའི་རྒྱང་འདོན་ན་མི་འཐད་དམ། ཡི་  
གོ་འདི་གསུམ་མ་ཡིན་པའི་ཡི་གོ་གཞན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱང་རྡོ་འདོན་ན་འོང་ངམ་ཇི་  
ལྟར་ལགས། ཞེས་ཞུས་པས། མ་ཅིག་གིས་བྱ་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ནོ་བས་དེ་ལྟར་བྲི་ཤེས་  
པ་ལེགས་སོ་དེའོན་དང་ངས་བཤད་དོ། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཡིད་མ་ཡོངས་པར་གྲིས་དང་འདི་ལྟར་  
ཡིན། རྒྱང་རྡོ་ཕྱིར་འདོན་པ་ཡི་གོ་ལ་མ་བརྟེན་ཀྱང་རུང་སྟེ། འོན་ཀྱང་ཁ་དང་སྐྱ་ནས་རྒྱང་  
ཕྱིར་རྒྱ་བའི་དུས་སུ་རྒྱང་དེ་ཉིད་ཏ་དང་རྩྱ་གི་ནམ་པར་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱ་བ་ཡིན་པ་  
དང་། ཁྱད་པར་དུ་རྒྱང་རྡོ་འདོན་པའི་དུས་ལ་རྒྱང་བྲག་ཏུ་འབྱུང་བས་ཏ་དང་རྩྱ་རང་བྱུང་དུ་  
ཡོད་ཅིང་། རྒྱང་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཏ་དང་རྩྱ་གི་གཞན་ནས་བསྐྱབ་དགོས་པ་མ་ཡིན་པས།  
རྒྱང་དེ་ཉིད་ཏ་དང་རྩྱ་གི་རང་བཞིན་ངེས་པ་ཅན་དུ་ཡིན་པས་ཤེས་དགོས་སོ། །

ས་ལ་ཏ་དང་རྩྱ་མ་ཡིན་པར་རང་བཞིན་དུ་རྒྱང་འདོན་ན་ཡང་རུང་སྟེ། རྒྱང་དེ་ཉིད་  
ཏ་དང་རྩྱ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་ན་བསོད་ནམས་རྒྱང་དུ་འགོ་བ་ཡིན། རྒྱང་དེ་ཉིད་ཏ་དང་རྩྱ་  
ཡིན་པར་ཤེས་ཤིང་དམིགས་སུ་ཟེན་ན། རྒྱང་དེ་ཉིད་ཏ་དང་རྩྱ་གི་ནམ་པར་ཕྱི་རོལ་ཏུ་ཁྲིག་  
ཁྲིག་བྱུང་ནས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་ལ་ཕོག་པས་བསོད་ནམས་ཆེན་  
པོ་འཕྲོ་བ་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པས། དེ་ལྟར་ངེས་ཅན་དུ་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཏ་དང་རྩྱ་  
མ་ཡིན་པར་གཞན་ཡི་གོ་རྒྱང་འདོན་པའི་དགོས་པ་མ་མཐོང་བས། ངའི་ཆོས་ལུགས་ལ་  
མེད་དོ། །པུཤ་ཀྱི་དགོས་པ་ནི་པུཤ་འདི་བྲག་པོའི་ཡི་གོ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པས། པུཤ་ཀྱི་  
སྐྱ་ཐོས་ཀྱིས། མི་མ་ཡིན་གདུག་པ་ཅན་ནམས་ཀྱི་གདུག་སེམས་ཀྱི་ངར་ཞི་ནས་ཟིལ་གྱིས་

གཞོན་ནུས་པའི་ཡི་གེ་ཡིན། སེམས་འདི་དམིགས་པའི་སྒྲོས་མ་ཟེན་པར། རང་བཞིན་གྱི་  
སེམས་འདི་བཞིན་ན། འདི་སྒྲིག་པའི་སྒྲིག་འགས་པས་སེམས་འདི་བཞིན་མེད་དུ་གདབ་  
པར་མི་བྱའོ། །སེམས་འདི་བཞིན་ཅ་བཞིན་དུས་གཅིག་ལ་གདབ་ན། གཞོན་གང་ཡིན་ཀྱང་  
བསྒྲགས་པར་ནུས་པའི་སེམས་འདི་ནི། རའི་ཆོས་ལུགས་དང་མཆོངས་ཏེ། ས་ཞེས་པ་ནི་པ་རོལ་  
ཏུ་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན། ཅ་ཞེས་པ་ནི་ནང་གསང་སྤྲུགས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་དོན་ཡིན་པ་དང་། དེ་  
གཉིས་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་ལ་སེམས་ཟེར། བཞིན་པ་ཅམ་ལ་ཡང་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་  
དེ། སེམས་བཞིན་པ་ཅམ་གྱིས་ནང་བདག་འདིན་གྱི་མགོ་པོ་འགེམ་པར་ནུས་པ་དང་། བྱེད་  
གི་གཞོན་ཞི་བར་ནུས་པ་ཡིན་ཏོ། །རའི་ཆོས་ལུགས་ལྷན་སྒྲིག་པོ་གཅོད་བྱ་བ་འདི་ཡང་།  
པ་རོལ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། ནང་གསང་སྤྲུགས་སྒྲ་ན་མེད་པ་དང་གཉིས་ཀྱི་དོན་སྤྲུགས་གཅིག་  
ཏུ་བྱེད་ནས་ཉམས་སྤྲུལ་མེད་པ་ལ། ལྷན་སྒྲིག་པོའི་གཅོད་ཟེར་བ་ཡིན། ཡི་གེ་སེམས་པ་  
དང་མཆོངས་སོ། །

ཐག་དེ་ཡང་སེམས་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏོ་རིགས་ལྷན་མ།  
ཐག་པོའི་ཡི་གེ་འབྲུ་མ་གཉིས། །གཅིག་ཏུ་བྱེད་ནས་ཐག་པོར་བཞིན། །སེམས་འདི་  
སྒྲ་བྱུང་བ། །གོ་དོན་ཐ་དད་དམིགས་འབྲ་བས། །དམིགས་པ་ཀུན་གྱི་གསལ་གདབ་  
ཡིན། །དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། །མཆོད་སྒྲིག་སེམས་ལྷན་པོར་བཞིན། །བཀུག་སྒྲིག་  
སེམས་ལྷན་པོར་བཞིན། །མཆོངས་གཅོད་སེམས་ལྷན་པོར་བཞིན། །དེ་ཡང་ལྷན་པ་སེམས་  
དང་སྒྲིག་པོར་གདབ། །དཔེར་ན་འཕྲོང་གཡག་རྩ་བུར་བཞིན། །འཇམ་མཉེན་སྤངས་པའི་  
བྱུང་པོ་ལྟར། །ཁོང་ལྷན་དཔུགས་དང་བཅས་པ་ནི། །ལྷན་ཅིང་གཏོང་ལ་གཏོང་བར་  
དམིགས། །སེམས་ལྷན་པོར་བཞིན། །དཔེར་ན་བསེ་རུ་གཅིག་བྱ་བཞིན། །རྩ་བ་སྒྲིག་  
ཞིང་ཅེ་མོ་ཐ། །དཔུགས་བཀའ་གེ་བར་རིང་འདེན་པའི། །སྤྱད་པ་དང་ནི་གཤེགས་ར་  
དམིགས། །བྱུང་བུར་སེམས་སྒྲིག་པོར་བཞིན། །དཔེར་ན་སྒྲིག་པོར་བཞིན་ནས་འབྲུ་  
བཞིན། །མགོ་མཐུག་བྱེད་མེད་པ་ལྟར། །ཁ་གང་མཆོད་ཅེས་ཐག་ཏུ་བཅད། །འབྲུ་པའི་

རྒྱུན་ནི་གཙོད་པར་དམིགས། །ལར་དང་སྟོང་ཉིད་ནད་གདོན་གྱི། །དམིགས་པ་ཡི་གེ་ཏ་  
ཡིས་གདབ། །གཏོང་ལེན་བསྐྱུས་དོན་བཀྲུག་སྐྱད་རྣམས། །པལ་ཆེར་ཡི་གེ་རྩྱུ་གིས་  
གདབ། །པལ་གྱི་ཡན་ལག་ཏ་དང་རྩྱུ། །དམིགས་པ་ཀུན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་  
གསུམ། །དམ་ཆོས་གཙོད་གྱི་སྟོག་འཛིན་ཡིན། །ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག་རིག་ལྡན་  
ཀུན། །དམ་ཆོས་གཙོད་གྱི་བད་དོན་རྣམས། །གོ་བར་གྱིས་ཤིག་རིག་པ་ཅན། །མ་བཟེད་  
སྒོ་ལ་འཛིག་པར་གྱིས། །གཞན་དོན་སྐྱབས་ཤིག་གྱེ་མ་རྟོ། །ཞེས་སོ། །ཏ་དང་རྩྱུ་དང་པལ་  
དང་གསུམ་གྱི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རྒྱུ་ཆེན་མས་ཁྱེས་པའི་ལེའུ་སྟེ་བྲུག་པའོ། །

### ལེའུ་བདུན་པ། ཆོས་ཀྱི་མེད་ཀའི་ཁྱེས་ལན།

བྱ་རིགས་ལྡན་ངའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་རྣམས་གྱིས་འདི་བཞིན་མཛོད་དང་། འཁོར་བའི་  
གནས་ནས་དཔག་པར་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །འཆི་བ་མི་རྟག་གོ། །ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཡིན་ནོ་  
སྙམ་པ་དང་། ལས་དགེ་སྤྲུག་གཉིས་ལ་རྩ་བ་བྲང་བྱེད་པ་དང་། འཁོར་བ་སྦྱི་དང་བྲེ་བྲག་  
དང་ཁྱད་པར་དན་སོང་གསུམ་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་མཐོང་བར་བྱེད་པ་དང་། དེ་གསུམ་པོ་ལ་  
དུས་རྒྱུན་དུ་སེམས་པར་བྱེད་པ་དང་། གཉན་ཁོད་དུ་རྟག་དུ་འདུག་པ་དང་ལུས་ཀྱི་མཆོད་  
སྦྱིན་བྱེད་པ་དང་གཅིག །ཆེ་འདིའི་བྱ་ཐབས་ལ་སྒོ་སྐྱད་ཅིག་གྱང་མི་འཛིག་པ་གསུམ་ལ་  
སྐྱད་ཅིག་ལེ་ལོ་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་གཉིས། བྱམས་པ་དང་། སྦྱིང་རྗེ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་དང་གསུམ་ངའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྟོག་ཤིང་ཡིན་པས་སེམས་གསུམ་པོ་དང་སྐྱད་  
ཅིག་གྱང་མ་བྲལ་བར་བྱེད་པ་དང་གསུམ། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཐབས་ལམ་མ་དང་། ལམ་  
མཁའ་སྟོང་འབྱེད་ཀྱི་འཕོ་བ་དང་། རྟོན་མེད་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྩ་བ་རྣམ་དག་དང་། རྟོན་ཅན་  
རྗེས་གྲུབ་འཕོ་བའི་སྟོང་རྩལ་ལས་སྟོང་དང་གསུམ་ལ་ཉིན་ཞག་སྤྲུག་གཅིག་ལ་སྦྱོར་བརྒྱད་  
བྱེད་པ་ལ་རེ་རེ་བཞིན་སྦྱོར་གྱངས་ཉི་ཤུ་ཉེར་གཅིག་རེ་མ་ཆག་པར་བྱེད་པ་དང་བཞི། ཡི་

དམ་ཇེ་བཅུན་སྒྲོལ་མའམ། ང་ཉིད་སྤྱིང་གི་དཀྱིལ་དུ་བསྒྲོལ་བའམ། གསང་བ་ལྟར་དུ་  
 བསྒྲོལ་བའམ། བྱད་པར་དུ་སྤྱན་རས་གཟིགས་བསྒྲོལ་བའམ། གང་བསྒྲོལ་སྤྱིང་པོ་  
 བརྒྱ་དང་ཉེར་གཅིག་དང་། ཡི་གེ་དྲུག་པ་བརྒྱ་དང་ཉེར་གཅིག་དང་། རྒྱུང་འགྲོ་འོང་གནས་  
 གསུམ་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་བཟླས་པ་དང་གསུམ་ལས་སྤུན་བརྒྱད་དུ་མ་ཆག་པར་བྱེད་པ་དང་  
 ལྷ། ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་འཇམ་དཔལ་གྱི་གཏོར་མ་དང་། པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ལུགས་གྱི་གཏོར་  
 མ་དང་། གཏོར་མ་བརྒྱ་ཅུ་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་གཏོར་མ་གསུམ་པོ་མ་ཆག་པར་བྱེད་པ་  
 དང་དྲུག ། རྒྱ་བ་རེ་རེ་ལ་ཆེས་གཅིག་དང་བཅུ་དང་ཉི་ཤུ་ལྷ་དང་། བཙུན་བརྒྱད་དང་བཞི།  
 བཅུ་བཞི་དང་ཉེར་དགུ། གནམ་གང་། ཆེས་བརྒྱད། བཙུན་ལྷ་དང་གསུམ་སྟེ། བདུན་ལ་སྟེ་  
 བར་ལངས་ཏེ་ཕྱག་དང་སྒྲོར་བ་བྱས་ནས་ཉིན་གསུམ་བཟུམ་སྒྲོས་བསྟེན། །ནས་བཟང་པོའི་  
 ཟན་དང་། འདུག་པ་ཅན་དང་ཆང་དང་། དཀར་གསུམ་ལ་སོགས་པ་བཟང་བ་འབྱོར་ཆད་  
 སྤྱན་དང་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དར་ཟབ་དང་། དེ་རྣམས་འབྱོར་ཆད་ལ་ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་  
 རྒྱས་པ་རེ་དང་། མར་མེ་བརྒྱ་ཅུ་རེ་དང་། ཞི་བའི་མེ་མཆོད་བརྒྱ་ཅུ་རེ་དང་གསུམ་ལ་མ་  
 ཆག་པར་བྱེད་པའམ། དེ་རྣམས་ལ་རབ་ཀྱིས་ཆར་བདུན་དང་། འབྲིང་གིས་གསུམ་རེ་  
 དང་། ཐ་མས་ཀྱང་རྒྱ་བ་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཆར་རེ་རེ་མ་ཆག་པ་ཅིས་ཀྱང་བྱེད་དགོས་པ་  
 དང་ཐ་ན་ཡང་ཆོགས་འཁོར་དང་། མར་མེ་དང་མེ་མཆོད་གསུམ་ལ་བདུན་བདུན་རེ་རྒྱ་བ་  
 གཅིག་ལ་མ་ཆག་པར་བྱེད་པ་དང་བདུན། ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ལུས་གྱི་མཆོད་པ་ཆོགས་  
 འཁོར་དང་བཅས་ཕྱག་བདུན་བདུན་དང་། སྒྲོར་བ་བདུན་བདུན་གོང་དུ་བཞུགས་པའི་ཆུ་  
 གཏོར། ཆ་ཆ་དང་། ལྷུང་བཞགས། ཟབ་མདོ། སྒྲོལ་མར་མེ་སྒྲོར་མ་བདུན་བདུན་རེ་དང་  
 གསུམ་མ་ཆག་པར་བྱེད་པ་དང་བརྒྱད། འཕྲུལ་ལྷ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་གཅོད་པའི་འདུག་  
 དང་། ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱི་རོལ་སྤུ་སྟེགས་པའི་རྣམ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲི་  
 ཆུ་ནག་པོའི་ཆང་དང་། འི་ཤིན་ཏུ་ངན་པས་ཉིན་ཞག་བཅུའི་དགེ་སྦྱོར་གཏན་ནས་ཆུག་པར་  
 བྱེད་པའི་སྟོན་དམར་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་པ་དང་གསུམ་གྱི་བཟང་བ་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་དང་

དགྲ། རྣམ་ཐུན་དང་། དག་སྤྲུགས་དང་། དག་པོའི་ཐེམ་ལ་ལེན་པ་དང་གསུམ་གྱིས་མི་མ་  
ཡིན་གདུག་པ་ཅན་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་གཞོད་པ་སྐྱེལ་བར་བྱེད་པ་རྣམས་མི་བརྟུང་མི་  
སྦྱང་མི་གཟེར། བརྟུངས་ཤིང་སྦྱང་ན་ང་དང་འགལ་ཞིང་གཅོད་ཀྱི་དགོས་པ་སྟོར་རོ། །

ངའི་རྗེས་སྤྱ་འབྲང་བ་རྣམས་ཀྱིས་འབྲེ་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་  
གཞོད་པ་བྱེད་པ་རྣམས་འདུལ་བར་མ་བྱས་ན་ཡང་ང་དང་འགལ་བས། དེས་ན་འབྲེ་འདུལ་  
བའི་ཐབས་ལ་རང་གི་ལུས་ཀྱི་གཅེས་འཛིན་བཏང་ནས་འབྲེ་ཁོ་ལ་ལུས་སྟོག་ལ་སྟོས་པ་  
མེད་པར་གཏོང་བའི་སྟོན་མ་འབྲེ་འདུལ་བར་བྱེད་པ་དང་བཅུ་ནི་ངའི་དམ་བཅའ་ཡིན་པས།  
དོན་བཅུ་པོ་འདི་ལ་ངས་ཤེས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱང་དགོས་པ་གཤམ་ཆེད། །གལ་ཏེ་མ་བསྐྱུངས་  
ན་ང་དང་འགལ་ཞིང་དམ་ཆོག་ཉམས་པས་ངན་འགྲོར་ལྟར་བའི་རྒྱུར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས།  
དམ་ཆོག་བསྐྱུང་བ་ལ་བཙོན་པར་གྱིས་དང་བྱ་སྟོབ་ཀྱི།

ལུས་སྟོག་ལོངས་སྟོན་ཁ་རྗེ་དབང་ཐང་ཀྱི། །གཞན་དོན་སེམས་ཕྱིར་སྟོས་མེད་  
བཏང་གྱུར་ན། །ང་དང་མི་འབྲལ་འགྲོགས་པ་ཡིན་ནོ་བྱ་སྟོབ་ཀྱི། །ལར་སྤང་སྤིང་སྟོ་འབྲེ་  
གདུག་པ་ཅན། །བྱ་བས་གཅེས་པར་བཅེ་བའི་སེམས། །རབ་ཏུ་གདུག་པས་འཁོར་བྱ་  
འཁོར། །ལུས་ཤིག་ཁྱོད་མོས་རྒྱུན་དུ་སྟོངས། །བྱམས་དང་སྟོང་རྗེའི་ལྷགས་ཀྱི་  
ཡིས། །ནམ་ཡང་གཏོང་བར་མི་བྱེད་འགྲོགས་པ་དང་། །སྤྲུག་བསམ་རྣམ་དག་བྱང་སེམས་  
ཀྱིས། །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡིས། །ཁྲོལ་ནས་བདེ་ལ་འགོད་པ་ན། །ཁྲིད་བྱ་སྟོབ་  
གང་ཡིན་དེ་དག་ཀྱི། །ང་དང་མི་འབྲལ་འགྲོགས་པ་ཡིན། །ཀྱེ་མ་རིགས་ལྡན་བྱ་སྟོབ་  
ཀྱི། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཆེ་ཉི་མ་བྱེད་ཅུང་ཟད་མ་རེད་པའི་དུས་སྤྱ། རྣམ་འགྲོར་བ་ཏུ་  
རེ་བ་སྟོ་སྟོ་སྤྱང་བ་བྱུང་བ་ཞིག་གིས་ཁྱི་ལྷགས་ཀྱི་ཐུལ་བ་ཁྱ་ཉི་ལེ་བ་ཞིག་གོན། མི་ལྷགས་  
ཀྱི་གཤམ་གཞི་ཞིག་སྤྲུག་ལ་ཁྱར། དབྱི་དཀར་ཀྱི་རྒྱལ་བ་གཅིག་རྒྱབ་ཏུ་ཁྱར། གཅོད་ཀྱི་རུ་  
ངར་མ་གཅིག་ལག་ཏུ་ཐོགས། རྒྱུང་གི་རྩོག་མ་གཅིག་ཐོད་དུ་བཅིངས། ཁམ་རག་ཤིང་སྤོང་

བ་གཅིག་ལག་ན་བགྲང་ཞིང་འཇམ་དཔལ་དམར་པོའི་སྒྲིང་པོ་བྱེད་སྒྲུབ་ཞིག་བྱང་བ་  
དེ་ཐོགས་པ་མེད་པར་མའི་བྱང་དུ་བྱང་ནས་བྱག་འཆལ་ཏེ་ཁམས་བྲི་ཕུལ་ལོ། །

མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས་བྱེད་བྱོན་པ་ལགས་སམ། ཁ་བ་བབས་པས་འོ་བརྒྱལ་གཏད་  
དམ། བྱིང་ལྷམ་གཡང་ལ་ཤོར་རམ་གསུངས། མ་ཅིག་གིས་མཁྱེན་པར་མཛད། ཁོ་ལྷག་  
པར་དད་དེ་ཡང་ཡང་བྱག་མང་དུ་འཆལ་ཞིང་། མཆེ་མ་འབྲུག་ཅིང་འོ་དོད་འཁོད་ཅིང་  
གསོལ་བ་ལན་མང་དུ་གདབ་པའི་ཆེ། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས་རྣལ་འབྱོར་བ་ཞིག་པོ་ཉི་མ་  
སེལ་བ་བཞུགས་ཤིག་གང་ནས་བྱོན། བྱིད་ཀྱི་པ་ཡུལ་ཅི་ཞེས་བྲིས་པས། རྣལ་འབྱོར་བ་  
བསྐྱད་དེ་མཆེ་མ་བྱིས་ནས་ངའི་ཡུལ་ནི་ལ་སྟོད་ཀྱི་ཡང་སྟོད་འཕན་བྱག་ཅེས་བ་ནས་ཡིན།  
ང་རང་སེང་གོ་རྩོུ་ཡང་ཟེར་ཏེ་ཉི་མ་སེང་གོ་ཟེར་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ་ང་རྒྱང་དུའི་དུས་ནས་  
འཇམ་དཔལ་ལ་ལྷ་སྐལ་བྱས་ཏེ་བསྟེན་བསྐྱབ་དང་བསྐྱོམ་བསྐྱས་ལོ་བཅུ་གསུམ་ལ་བྱས་  
པས་རུས་བ་བཟང་པོ་ཐོན་ནས་བྱིས་རྒྱང་སེམས་སྐྱང་བའི་སྐབས་སུ་རྩོན་པས་བཅིང་  
བརྟུང་བྱས་པས། སེམས་གོགས་ཆེན་པོ་ལངས་བ་སུས་ཀྱང་གོགས་སེལ་མ་རུས་པས།  
མ་ཅིག་གི་སྟོན་བ་ཐོས་པས་རྒྱ་བ་བཞིའི་ལམ་ནས་འོངས་པའི་རྒྱ་བ་གཉིས་ལ་ཁ་བ་བབས་  
པས་སྒྲུག་བསྐལ་ཏེ། བྲག་ལམ་གཅིག་ཏུ་ཐོན་ནས་བྱིང་ལྷམ་བྱུང་བ་གཡང་དུ་ཤོར་ནས་  
ཀྱང་པའི་མཇུ་བ་མོ་རྣམས་བྱིད་ནས་པལ་ཆེར་ཆད། མ་རང་ཉིད་ལ་དད་ནས་འོངས་པས་  
སེམས་བྱག་བྱ་མོ་མ་བྱང་ཞིང་། འདིར་བྱིན་ནས་གནས་མཐོང་བ་པ་གི་ནས་སེམས་ལ་  
དགའ་བདེ་དཔག་ཆད་མེད་པ་གཅིག་སྒྲིམ་པས། ད་ལྟ་ལུས་སེམས་བྱུང་པར་དུ་བདེ་ཞིང་།  
སེམས་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་དང་བལ་བའི་གསལ་སྟོང་ས་ལེ་བ། ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་དང་དབྱེར་  
མེད་པའི་རང་ལ་བདེ་འཛོལ་ལེ་ཞིག་གས་སེམས་སྤར་ལམ་དུ་ངས་པར་གནས་པ་འདི་འདྲ་  
བ་གཅིག་སྤར་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་སྤར་ལོ་ལྷའི་བར་དུ་སེམས་བྱག་བྱ་མོ་ཞིག་ལངས་པས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟོན་བ་ཟེར་བར་གདའ། ད་ལྟ་སེམས་རྟེན་པ་འདི་ཡིན་ནོ་ཟེར་རོ། །

ཡང་མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས་བྲིད་ང་ལ་མོས་པ་བྱས་ནས་ཉི་མ་གཅིག་ཚུར་སྐྱབས་  
ནས་བྲིད་གད་ལུག་སྐྱ་མོར་ཉལ་བའི་རྒྱབ་མོ་ནས་ངས་བྲིད་ཀྱི་གོགས་སེལ་བྱས་པ་ཡིན་  
གསུངས། དོ་རྒྱབ་ཕྱི་ཁང་དུ་ཉོལ་དང་སང་ནངས་བར་བྲིད་ཀྱི་གོགས་སོ་གཉིས་ཡོང་བ་  
དང་། གསུམ་ལ་དམིགས་པ་སྟབས་གཅིག་དུ་བསྟན་ཅིང་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་སྟོབ་གསུངས་  
ནས། རྣལ་འབྱོར་པ་སེང་གོ་དོ་མེ་ཕྱི་ཁང་དུ་ཉལ། ཕྱི་ཉིན་ཉི་ཅེ་ཤར་མ་ཐག་དུ། རྣལ་འབྱོར་  
པ་བལ་ཐུལ་སྐྱ་ཉི་ལེ་བ་གོན་པ། བལ་གྱི་བ་བ་རྒྱབ་དུ་ཁྱར་ཅིང་མི་རྒྱུ་གི་སྤིང་བྱ་སྟེད་ལ་  
འབྲུག་པ། སྟན་གྱི་རྩེ་སྟོང་པོར་ལག་དུ་ཐོགས་ཤིང་ཅའི་ཞུ་མོ་མགོ་ལ་ཐོགས་པ། ལག་ན་  
བལ་གྱི་མི་ཁྲི་ཐོགས་པ་མིག་མཐོ་མཐོ་ལ་ལྟ་བ་གཅིག་དང་། ཡང་རེ་བ་ནག་པོའི་ཐུལ་བ་ལ་  
རྩ་མའི་ཤམ་བཏགས་པ་གོན་ཅིང་། མགོ་ལ་ཡང་རེ་བའི་ཞུ་ལ་རྩ་མའི་ཤམ་བཏགས་པ་  
གཅིག་གོན་པ་རས་ཀྱི་ཐུམ་སྟོང་རྒྱབ་དུ་ཁྱར་ཅིང་། བ་མེན་རྩེ་སྟོང་པོར་ཐོགས་པ། ཨ་ག་  
དུ་ནག་པོའི་རྩ་མ་དུ་ལ་མཆན་ཤལ་བྱས་ཤིང་། ཤིང་ཤིང་ནག་པོའི་དབྱུག་པ་ལག་དུ་  
ཐོགས་པ་ཞིག་དང་གཉིས་སྒྲ་གཡས་ཐོག་དུ་འབྲུག་པ་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་གཟིགས་སྟོར་དུ་  
བསྟམས་པས་མཐོང་ནས། མ་ཅིག་ལ་དེ་སྟོན་ཞུས་སོ། །མའི་ཞལ་ནས། བལ་ཐུལ་གོན་པ་དེ་  
བྱང་སྟོད་ཀྱི་ཕྱི་བྱང་མ་ཐང་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་མཁས་པ་འདུས་པ་ཡེ་ཤེས་རང་སྒྲུང་  
བྱ་བ་ཡིན། བལ་སོ་ཡེ་ཤེས་སེང་གོ་བྱ་བ་ཡིན། རྒྱ་བ་དབྱག་གི་ལམ་དུ་ཡོང་བ་ཡིན་ནོ། །རེ་  
ཐུལ་ཅན་དེ་རྒྱལ་བ་རིན་ཆེན་བྱ་བ་སོ་སྟོན་སེང་གོ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྟོག་པོ་ནས་  
ཡར་ཡོང་བ་དང་ཁོང་གཉིས་མདང་གནས་མལ་དུ་འཕྲད་པ་ཡིན་ནོ་གསུངས།

དེ་ནས་མ་ཅིག་ཆོས་འཆད་པ་ལ་སྟོན་སྟོན་དུ་བྱོན་ནས་ཆོས་ཞུ་མི་རྣམས་ཀྱང་བྱིན་  
ནོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་གཉིས་ཀྱང་དེར་མཇལ་ཉེ་ཞུ་གནང་ཞིབ་དུ་མཇེད། སེང་གོ་དོ་མེ་དང་  
གསུམ་ལ། རྩ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཟབ་ལམ་མ་དང་ནས་མཁའ་སྟོན་འབྲེད་རྩས་གྲུབ་འཕོ་བའི་  
ལུང་མཇེད་ནས། ད་བྲིད་གསུམ་ལ་དམིགས་པ་ཆོས་ཐུན་འདི་ཆར་ནས་སྟོན་གསུངས།  
ཆོས་ཐུན་ཆར་ནས་དམིགས་པ་བསྟན་པས་སོ་སོའི་གོགས་བསལ་ཉེ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་རྩུ་

འབྲུལ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་གསུམ་བྱུང་ངོ། །དེ་རིང་ནས་བྱེད་གསུམ་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་  
འབྲུག་དགོས་པ་ཡིན་པས་གོས་དང་ཆ་ལུགས་རེ་བྱང་སྤང་དགོས་པ་ཡོད། བྱེད་སེང་གོ་རྟོ་  
རྗེས་བྱི་བྲུལ་འདི་དང་མའི་པགས་པ་དང་། གཙོད་རྩ་དང་གསུམ་དེ་སྤང་དགོས། བྱེད་པར་  
བྱི་ལུགས་འདི་ཉེས་པ་མང་པོ་དང་ལྡན་པས་རྩ་ཉེ་རུ་ཡང་མི་བརྟུབ་པོ། །མི་ལུགས་འདི་  
དགོས་པའི་དུས་གཅིག་ཡོད་དེ། གདམས་པ་མ་ཐོབ་སྟེམས་རྩ་མ་ཆོད་བར་དུ་སྤྲ་བར་བྱིས།  
གདམས་པ་ཐོབ་ཅིང་སྟེམས་རྩ་ཆོད་ན་སྟོས་མེད་སྟོང་པ་བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་འཆང་དུ་བརྟུབ་  
ཡང་པ་རོལ་གཞན་གྱི་ཡིད་ལོག་པའི་དོན་དུ་གཞན་ལ་བསྟན་པར་མི་བྱ་གསང་སྟེ་འཆང་  
ངོ། །

གཙོད་རྩ་འདི་ནི་བྲག་པོའི་རྗེས་ཤིག་ཡིན་པས་པ་རོལ་གང་ལ་ཡང་གཞོད་པའི་  
ཕྱིར་དུ་ནམ་ཡང་འཆང་བར་མི་བྱའོ། །རྒྱུད་གི་རྟོག་མ་འདིས་གི་བ་ཡང་བསྐྱང་ལ། མིག་ལ་  
ཁ་བས་གཞོད་པ་ཡང་བསྐྱང་ཞིང་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་ཡང་། རབ་རུ་བྱུང་བ་དང་འགལ་བ་ཉིད་  
ཡིན་ཟེར་ཡང་ཉེས་པ་རྒྱུད་མེད་ཡང་། ཆོས་གྲར་གནས་ཆེ་ལན་ཅིག་བསྐྱང་འཆལ། རྒྱལ་  
བ་རིན་ཆེན་གྱི་རེ་བྲུལ་དང་ཞུ་འདི་ནི་བྱེད་རང་ལུལ་གྱི་ཆ་ལུགས་ཡིན་ཡང་། རེ་བ་འདི་བྱི་  
པའི་བདུད་གོས་ཡིན་པས་ནང་པའི་བསྟན་པ་དང་འགལ་བས། རེ་བ་འདི་ལོག་གདན་བཟོ་  
རལ་རྒྱག་ཅིག །ཤིར་ཤིང་གི་འཁར་བ་འདི་སྤྱི་ཤིང་ཡིན་པས་ལན་ཅིག་ཞོག །ཨ་ག་རུའི་  
རྒྱ་མ་རུ་འདི་ནི་བོད་ན་དགོན་པའི་མཆོད་ཆ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་རྟེན་པར་དཀའ་བའི་ལྟ་  
རྗེས་ཡིན་པས། བྱེད་བསོད་ནམས་དང་ལྡན་པས་ལོན་པས་ལེགས་པར་ཁྲིལ་ཅིག །སྤོང་  
ཐོར་བ་མེན་རུའི་ཞལ་བུ་ཡང་ཟེར་བའི་བརྟུད་ལྡན་འདི་ཤིན་རུ་ལེགས། འདི་ལ་ཡོན་ཏན་  
མང་པོ་ཡོད་ཅིང་པའི་ཆོས་ལུགས་དང་ཡང་མཐུན་ནོ། །ཡེ་ཤེས་རང་སྤང་གི་བལ་བྲུལ་  
ལེགས་པར་འོང་། སྟན་གྱི་རྩ་ཙཱ་འདི་འཆང་དུ་མི་རུང་བས་སྤོངས་ཤིག །པའི་ཆོས་ལུགས་  
ལ་པ་རོལ་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་ཆས་གང་དང་གང་ཡིན་པ་དང་། སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་  
དང་ངེས་པར་དུ་འགལ་བའི་ཆས་མ་རུང་བ་ནམས་སྤང་བྱ་ཡིན་ནོ། །



སྤང་མོང་རང་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་ལུགས་ཡིན་པས་ཞུ་གོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི།  
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་མཐུན་པའི་ཁ་དོག་དཔར་སེར་དུ་བསྐྱར་ནའང་ལེགས་ལ་མ་  
བསྐྱར་ཀྱང་ཆོག་པས། བྱང་ལུག་གི་སྤང་བྱིང་དང་། བྱིང་བྱ་དང་། ལྷམ་བྱ་དང་། རས་དང་  
དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐུལ་བ་གྱོན་ཅིང་བྱིང་ལྷམ་གྱིས་རྒྱང་བ་ལྷེབས་པ་དང་། སྤྲོང་པོར་བ་མེན་གྱི་  
རུ་ལ་བྱེད་པ་དེ་ཆོས་ལུགས་ཡིན། གཅན་གཟན་གྱི་བགས་པ་དང་། གོས་ལྷམ་ནག་པོ་  
དང་ཁྱད་པར་བྱིའི་བགས་པ་སྤང་བྱ་ཡིན་པས། སེང་གེ་དོ་རྗེའི་བྱི་ལྷགས་དེ་གཅང་པོའི་  
འགམ་དུ་བྱེད་ལ་བྱེ་མའི་དེབ་ཞབས་སུ་གཞོན་པར་གྱིས་དང་། བྱི་ལྷགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བྱེ་  
མ་ཡིན་པས་དེས་སྤུབ་པ་ཡིན་ནོ། །སེང་གེ་དོ་རྗེ་དང་རྒྱལ་བ་རིན་ཆེན་གཉིས་ལ་བྱིང་ཐུལ་  
རེ་གཏོད། ཡེ་ཤེས་རང་སྤང་དང་སེང་གེ་དོ་རྗེ་ལ་བ་མེན་ཞལ་བྱ་རེ་གཏོད། ཁོང་གསུམ་ག་  
ལ་བྱིང་ལྷམ་རེ་གཏོད་གསུངས་ནས་དེ་ལྟར་བྱས་སོ། །

དེ་ནས་ཁུ་སྒྲོམ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སེང་གེས་ཞུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། གཅན་གཟན་གྱི་  
བགས་པ་ལ་ཉེས་པ་དང་ལྷན་ཞིང་ཁྱད་པར་བྱིའི་བགས་པ་ལ་ཉེས་པ་མང་པོ་ཡོད་  
གསུངས་པ་རི་ལྟར་ལགས་སོ། །དེའི་ཉེས་པ་གསུང་དུ་འཆལ། ཞེས་ཞུས་སོ། །དེ་ནས་  
མའི་ཞལ་ནས་བྱ་ཉོན་དང་། སྤྱིར་གཅན་གཟན་པལ་པའི་བགས་པ་ནི་རྩས་ངན་མ་རུང་བ་  
ཡིན་པས་འཆང་དུ་མི་བཏུབ། པལ་ཆེར་ནི་འདྲིལ་ཉོན་པ་ཀུན་གྱི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་  
ལྷན་པ་དང་། གཅན་གཟན་ཁོ་བོ་ཆེན་པོ་རྣམས་ནི་སྤྲོ་མེད་སྤྲགས་ཀྱི་ཐེག་པའི་ལྷ་རྩས་ཁྱད་  
འཕགས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། གཞོད་སེམས་དང་རྒྱན་དུ་འགྲོགས་པས་དེའི་བགས་པ་གྱོན་ན།  
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་གཅན་གཟན་དང་ཡང་འགལ་ཆེ་ལ། འདྲིལ་ཉོན་པ་ཀུན་གྱི་མཐུན་  
སྤང་མི་འགྲུབ་ཅིང་། ཁྱད་པར་དེ་ཆོས་ལུགས་དང་ཤིན་ཏུ་འགལ་ཆེ་སྟེ། དེ་ཆོས་  
ལུགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་བྱང་སེམས་ལ་བྱེད་པས། དེ་ཆོས་ལུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཅན་གཟན་  
ཀྱི་བགས་པ་གོན་ན། བདག་ཉིད་ལ་བྲེགས་པ་ཅུང་ཟད་སྟེ་ལ་པ་རོལ་གཞན་གྱི་སྒོ་ལ་མི་  
འོང་བའི་བྱིང་དུ། བྱང་སེམས་ཀྱི་གེགས་སུ་གྱུར་པས་ན། གཅན་གཟན་གྱི་བགས་པ་སྤང་

བྱ་ཡིན་ཅིང་། བདག་འཛིན་དང་བལ་ཞིང་བདག་དོན་གྱི་ངི་མས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་མ་གོས་  
ན། གཞན་དོན་ཁོ་ན་སློ་ཆེན་པ་མེད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པའི་དོན་ཆེན་པོ་  
གྲུབ་ཅིང་དོན་དེ་ལ་གྲུབ་པ་ཐོབ་ནས་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྣ་ཆོགས་པས། འགྲོ་བའི་  
དོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱེད་ཀྱས་པའི་གང་ཟག་གཅིག་གིས་གཅན་གཟན་གྱི་པགས་པ་གྱོན་  
ཡང་། གང་ཟག་དེ་ཉིད་ལ་སློན་དུ་མི་འགྱུར་རུང་པ་རོལ་གཞན་གྱི་ཡིད་ལ་མི་འདོད་པའི་  
ཕྱིར་དུ་སྤང་དགོས་ཤིང་། ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱིག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་འཆང་དགོས་ན་མ་  
གཏོགས། དེ་ལྟར་གང་ཟག་ཀྱས་ལྡན་མ་ཡིན་པའི་ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གཅན་  
གཟན་གྱི་པགས་པ་སྤང་དགོས་ཏེ། བྱང་སེམས་འཆོར་བས་ཐར་པའི་གོགས་སུ་འགྱུར་  
ཞིང་། གཞན་ཡང་སློན་པལ་པ་མང་བས་སྤང་བར་བྱའོ། །ཐིབ་ངན་པས་ངི་ངན་པ་བྱང་  
བར་བྱིའི་པགས་པ་ལ་སློན་ཆེ་བར་གདའ་སྟེ། ཉེས་པ་དགྲ་དང་ལྡན་པས་ཤིན་ཏུ་སྤང་  
དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་ལས་ཀྱིས་མནར་བའི་ལུས་ངན་བྱིར་སྤྲེས་པས། ལས་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་ངན་  
པའི་དབང་གིས་ཡེ་ཤེས་པའི་ལྷ་མི་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་དང་གཅིག །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་  
དཔལ་མགོན་རྣམས་མི་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་དང་གཉིས། དང་ལྡན་པས་གཅང་མའི་རིགས་  
ཀྱི་མགོན་མི་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་དང་གསུམ། མི་གཅང་བའི་རྩས་ངན་པ་ཡིན་པས་གང་དང་  
འབྲུང་པ་དེ་ནི་མཐོལ་ཞིང་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་སྟོབས་ཀྱིས། ས་བདག་དང་། གཞི་  
བདག་དང་། དུལ་བདག་དང་། གནས་བདག་དང་། གྲོང་བདག་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱིས་མི་  
འདོད་ཅིང་མཁའ་འགྲོ་ཁྲིམ་འཁྲུགས་ནས་མི་དགའ་ཞིང་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་ཉེས་པ་དང་  
བཞི། དུག་ངན་པའི་རྒྱངས་པས་སྤང་བྱ་དང་སྤིན་བྱ་ཐུ་པལ་པ་འགའ་ཞིག་འཆེ་བའི་ཉེས་  
པ་དང་ལྔ། ལུས་ངན་པའི་ངི་མས་མི་ཡ་རབས་རྣམས་ཀྱི་ཞེན་པ་ལོག་ཅིང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ཡིད་ལ་མི་འདོད་པའི་ཉེས་པ་དང་དྲུག །གྲོང་པའི་བྱི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ངི་ཆོར་བ་  
ཙམ་གྱིས་སྤྲག་ཅིང་སྤངས་ཡར་དུ་འགྲོ་བའི་ཉེས་པ་དང་བདུན། ནང་པའི་བསྟན་པ་དང་  
འགལ་ཞིང་སྟེ་པ་གང་གི་ཡང་གྲར་མི་རྩྭ་དཔའི་ཉེས་པ་དང་བརྒྱད། བྱང་བར་དུ་ངའི་ཆོས་

ལུགས་དང་མི་མཐུན་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གོགས་སུ་འགྱུར་བའི་ཉེས་པ་དང་  
དགུ་མཉེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཁྱི་ལྷགས་ནི་ངེས་པར་དུ་སྤང་དགོས་སོ་བུ་སྒྲོབ་ཀྱན། ཞེས་གསུངས་  
སོ། །

ཡང་ཆོས་ཀྱི་སེང་གེས་ཁྱུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། གཅན་གཟན་སྤྱི་ཅམ་ཀྱི་པགས་  
པ་ལ་སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་གཉིས་སུ་མཆིས་པ་དང་། བྱད་པར་བྱིའི་པགས་པ་ལ་ཉེས་པ་ཁོ་  
ན་དང་ལྷན་པར་གསུང་བ་རྣམས་ཆུ་ཅམ་གོ་བར་ལགས་མོད་ཀྱང་། གཅན་གཟན་དང་བྱི་  
དང་དེ་རྣམས་གསོན་པོར་འཆི་བར་མ་གྱུར་པའི་ཆེ། སྒྲོན་ཡོན་དང་ཉེས་པ་དེ་རྣམས་ཡོད་  
དམ། གསོན་པོར་ཉེས་པ་མེད་པར་གྱུར་ན། སྤེལ་བའི་བྱུང་བས་ཉེས་པ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་ལྷན་  
ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ལགས་པ་དང་། ས་བདག་དང་། གཞི་བདག་དང་། ལུས་  
བདག་དང་། གནས་བདག་དང་། རྩོད་བདག་དང་ཞེས་གསུངས་པའི་སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་  
རིམ་ལྔ་བཀྱི་བ་རྣམས་གསུང་བར་འཆའ་ལགས་སོ། །ཞེས་ཁྱུས་སོ། །

ཡང་མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བུ་སྒྲོབ་ཀྱན་ཉོན་དང་། གཅན་གཟན་སྤྱི་དང་བྱི་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་ནི་མ་ཤི་བར་གསོན་པོར་གྱུར་པའི་ཆེ་ན། སྒྲོན་ཡོན་གྱི་རྒྱས་པ་ཡོད་མོད་  
ཀྱང་། དེ་བས་ཀྱང་སྤེལ་བའི་རོ་ནི་སྒྲོན་ཡོན་ཆེ། དེ་བས་པགས་པས་སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་  
བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གདའ་སྟེ། དཔེར་ན་ས་གཞི་ལས་སྤྱེས་པའི་འབྲུ་ལ་  
སོགས་ལོ་ཉོག་སྒྲ་ཆོགས་པ་དང་། སྒྲིག་པའི་རིགས་དང་། མེ་ཉོག་གི་རིགས་དང་། རྩད་ཀྱི་  
རིགས་དང་། སྒྲན་གྱི་རིགས་དང་། དུག་གི་རིགས་དང་། རྩའི་རིགས་དང་། ཤིང་གི་རིགས་  
དང་། རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་པ་རྣམས་ནི། ས་གཞི་དང་མ་བྲལ་བར་ཡོད་ཀྱང་།  
སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། དེ་བས་ཀྱང་ས་གཞི་དང་  
བྲལ་ཏེ་ཅི་བཅུད་རྣམས་ལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སོ་སོར་གང་འདོད་པ་ལ་ལོངས་  
སྟོན་ན། ཅི་བཅུད་རྣམས་སྤར་བས་རྒྱས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པ་དང་འབྲུ་བ་དེ་བཞིན་དུ།  
གཅན་གཟན་གསོན་པོ་བས་སྤེལ་བའི་པགས་པ་རྒྱས་པ་ཆེ་བ་ཡིན། བྱད་པར་དུ་མི་རྟ་བྱི་

གསུམ་གསེན་པོ་བས། ཤི་བའི་རོ་ནི་སྒྲོན་དུ་ཆེ་བ་སྟེ། དེས་པ་ཅན་དུ་བྱིའི་རོ་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་  
ལ། ཤིན་དུ་ནས་བྱིའི་བགས་པ་སྒྲོན་དུ་ཆེ་བ་ནི་ད་ལྟ་སྒྲོན་དུ་བཤད་པ་དེ་ཡིན་པས་ཡིད་ལ་  
བྱུངས་ཤིག་སྟེ། བདག་འཛིན་འཁོར་བའི་ཅ་བ་ཅད་ནས་ཆོད་ཅིང་བདག་མེད་སྟོང་ཉིད་ནས་  
མཁའ་མཛོད་ལ་མངའ་བརྟེན་ནས། བདེ་སྤྱད་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་དུ་རོ་སྒྲོམས་  
ཤིང་། རྒྱུན་སྒྲུབ་དང་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་དངོས་གྲུབ་དང་དཔལ་དུ་ཤར་ནས་ཡོན་ཏན་གྱི་  
སོགས་འདོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་། ལམ་གྱི་སྟོགས་སུ་བསྐྱར་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན་ན་ཁྱི་  
ལྷགས་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་དན་པ་ཡང་སྒྲོན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའི་གང་ཟག་  
ལས་དང་པོ་བ་ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱི་ལྷགས་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་མ་རུང་  
བ་རྣམས་འཆང་བར་མི་བྱེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ནི་ས་བདག་ཅེས་སོགས་རྣམས་ལ་  
དོན་གཉིས་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲོན་པར་བྱེད་པ་ལ། དེ་ཡང་དང་པོ་ས་བདག་ལ་སྦྱིད་དང་བྱེ་བྲག་  
གཉིས་ཏེ། སྦྱིར་ས་བདག་ཅེས་པ་ནི་ལྟོ་འབྲེལ་ཟེར་ཏེ། སའི་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་ནི་ལྟོ་འབྲེལ་  
ཁོའི་ལུས་ཡིན་པར་བདག་དུ་བཟུང་ནས། གཞན་སུ་ཞིག་ས་དུམ་བུ་ཐེབ་ཅིག་ཅམ་གཅིག་  
ལ་ལོངས་སྟོང་གྲང་། ཁོའི་ལུས་ལ་གཅོད་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ནས། ས་གཞི་ཐམས་ཅད་  
ལྟོ་འབྲེལ་བདག་དུ་བཟུང་བར་ཤེས་པས། ས་གཞི་སྦྱིའི་ས་བདག་ལྟོ་འབྲེལ་བྱེད་པ་ཡིན་  
ཅིང་། ལྟོ་འབྲེལ་བརྟེན་ཏེ་བྱེ་བྲག་པ་ནི། ས་སྟོགས་དེ་བདག་དུ་བཟུང་བ་རྣམས་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ཡང་ཕག་མགོ་དང་། ལག་པ་དང་། རྩ་དང་། ཐེ་སེ་དང་བཞི་ནི། བྱེ་བྲག་དུ་སའི་སྟོགས་  
དེ་བདག་དུ་བཟུང་བའི་ས་བདག་ཡིན་ཅིང་། འཁོར་དུ་མ་དང་བཅས་པ་དེ་རྣམས་ལ་ས་  
བདག་ཟེར་བ་ཡིན་ཏོ། །

གཞི་བདག་ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ། སྦྱིད་དང་བྱེ་བྲག་པའོ། །སྦྱིར་གཞི་བདག་ཅེས་པ་ནི།  
སའི་ལྟ་མོ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སའི་ལྟ་མོ་ནི་ལྟོ་འབྲེལ་ལུས་ས་ཁྱོན་དང་བཅས་པ་ལ་  
དབང་བསྐྱར་ཅིང་ས་གཞི་དང་དབྱེར་མི་བྱེད་པར་བརྟེན་པར་གནས་ཤིང་། སའི་རང་བཞིན་  
ལས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ལྟ་མོ་ཡིན་པ་དང་། ཕག་མགོ་ལ་སོགས་པའི་ས་བདག་རྣམས་

དང་། གཞན་ས་གཞི་དང་རི་བྲག་ལ་གནས་པའི་འབྲུང་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་བདག་མོ་  
ཡིན་པས་ན། ས་གཞི་སྤྱིའི་བདག་མོ་སའི་ལྷ་མོ་ཡིན་ནོ། །འཇུག་པའི་གཞི་བདག་ནི་སའི་  
ལྷ་མོའི་འཁོར་དུ་གཏོགས་པའི་སོ་སོར་འཇུག་དུ་གནས་པའི་སྤྱི་ཙམ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན།

ཡུལ་བདག་ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ། སྤྱི་དང་ཁྱེ་བྲག་པའོ། །སྤྱིར་ཡུལ་བདག་ཅེས་པ་ནི།  
 རྒྱ་གར་དང་། རྒྱ་ནག་དང་། ཉེར་དང་། འཇར་དང་། མོན་དང་། བལ་པོ་དང་། ལི་དང་།  
 ལྷག་གཟིག་དང་། ཞང་ཁུང་དང་། རྫོང་བ་དང་། མང་གོ་དང་། བོད་དང་། དེ་ལྷན་ས་སོ་སོར་  
 མིར་གིས་བཏགས་པའི་རང་རང་ཡུལ་ཁྱིམ་གྱི་སྤྱིའི་ཚོ་དོར་གང་ཡིན་པ་ཡུལ་ཆེན་དེ་དེ་  
 བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཡུལ་བདག་ཟེར་བ་ཡིན། ཡུལ་བདག་ཁྱེ་  
 བྲག་པ་ནི། ཡུལ་ཆེན་སོ་ལྷན་ས་གྱི་ནང་ཆོན་ཡང་མིར་གིས་སོ་སོར་བཏགས་པའི་ཡུལ་ཆུ་  
 ཁོལ་ཁོལ་བ་ལྷན་ས་གྱིས་སོ་སོའི་ཚོ་དོར་གྱི་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཁྱེ་བྲག་པའི་ཡུལ་  
 བདག་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

གནས་བདག་ཅེས་པའི་གནས་ལ་གཉིས། སྤྱི་དང་གྲེ་བྲག་པ་དང་། གནས་བདག་  
ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ། སྤྱི་དང་གྲེ་བྲག་པའོ། །སྤྱི་གནས་ཞེས་པ་ནི། ས་གཞི་དང་། གངས་རི་  
དང་རི་བྲག་དང་ཆུ་མོ་དང་། རྩོན་ཤིང་དང་དེ་ནམས་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་དང་། བརྒྱད་ལ་  
སོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འཛོམས་ཤིང་ཡོན་ཏན་དུ་མས་བརྒྱན་ཅིང་བྱས་པ་ལུན་སྟུང་  
ཚོགས་པ་དང་ལྡན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྤྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་། སྤྱུ་གསུང་ཐུགས་གང་གི་བྱས་པ་  
དང་ལྡན་པའི་དཔའ་མོ་དང་མཁའ་འགྲོ་མ་ཐམས་ཅད་དེར་འདུས་ནས་དུས་རྟག་དུ་གནས་  
པ་དང་། རྒྱལ་བ་སྐུ་བཙུན་ཀྱི་སྤྱུ་འཕྲུལ་གསུང་འཕྲུལ་ཐུགས་སུ། གང་གི་བྱིན་རྒྱབས་  
གནས་པ་ནི་གནས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ས་གཞི་དང་རི་བྲག་དང་། ཆུ་མོ་དང་རྩོན་ཤིང་  
ནམས་ནི་ཡུལ་སྤོགས་གང་དུ་ཡོད་ཅིང་གངས་དང་བཙས་པ་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱི་པའི་ཚེས་པས་

སྐྱོར་བ་མ་ཡིན་པས་ན་བདག་བཟུང་མེད་ལ། ས་གཞི་སོགས་རྣམས་ནི་རང་བཞིན་ལྷན་  
གྱིས་བྱུང་པའི་གནས་ཡིན་པས་ན་སྤྱིའི་གནས་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

གནས་ཤེ་བྲག་པ་ནི། སྤྱི་པོའི་ཚེ་ལ་བས་སྐྱོར་ཏེ། སངས་རྒྱལ་སྤྱི་དང་བཅས་  
པའི་སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཉེན། རྒྱ་ནི་གང་ཡང་རུང་ལ། འབྱར་མ་དང་། ལུགས་མ་དང་།  
བརྟེན་མ་དང་། རི་མོར་བྲིས་པ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཁ་དོག་དང་བཅས་པ་དང་།  
མཆོད་པའི་ཤེ་བྲག་སྤྱི་ཆོགས་པ་དང་བཅས་པའི་པོ་བྲང་བྱིན་རྒྱལ་ལྷན་པ་དང་ལྷན་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གནས་ཤེ་བྲག་པ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་དང་ཤེ་བྲག་པའི་གནས་  
སངས་རྒྱལ་དང་བྲང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་བའི་དང་། དཔའ་པོ་  
དང་མཁའ་འགྲོ་མ་འདུས་པའི་པོ་བྲང་བྱིན་རྒྱལ་ལྷན་པ་ལྟ་ཆེ་བ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིའི་  
བདག་པོ་ནི། བརྟེན་མ་བཅུ་གཉིས་དང་། སྐྱོང་མ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བརྟེན་སྐྱོང་  
རྣམས་ཀྱིས་གནས་བྱིན་རྒྱལ་གང་ཆེ་བ་རྣམས་སྐྱོར་ཞིང་ཉལ་ནས་གནས་དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་བདག་ཏུ་བཟུང་ཞིང་། དམ་ཆོག་དང་ལྷན་ཞིང་ཆོས་སྤྱིར་ནས་སྤྱི་བ་པོའི་གང་ཟག་  
རྣམས་ཀྱི་སྤྱོགས་བྱེད་ཅིང་། དམ་ཆོག་ཉམས་པ་དང་ཆོས་མི་བསྐྱུབ་པ་རྣམས་ཀྱི་དབྱུགས་  
ལེན་བྱས་ནས་ངན་འགྲོར་སྐྱོར་བར་རུས་པའི་བརྟེན་སྐྱོང་རྣམས་ལ་གནས་བདག་ཟེར་  
བས་དེ་རྣམས་སྤྱིའི་གནས་བདག་ཡིན། ཤེ་བྲག་པའི་གནས་བདག་ལ་ཡང་གནས་གང་  
ཡིན་ལ། སོ་སོར་བདག་ཏུ་བཟུང་ནས་རྒྱན་མར་གནས་པ་དང་། གནས་སྐྱབས་སུ་གང་  
ཟག་གིས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་གནས་བདག་དང་གཉིས། དེ་ལ་རྒྱན་མར་གནས་པ་ནི་  
གནས་སྤྱི་དང་ཤེ་བྲག་པ་རྣམས་གང་དང་གང་སོ་སོར་རེ་རེ་བཞིན་བདག་ཏུ་བཟུང་ནས།  
གནས་དེ་ཉིད་ཏུ་རྒྱན་མར་གནས་པའི་འབྱུང་པོའི་མིང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ལ་ཤེ་བྲག་པའི་གནས་བདག་རྒྱན་མར་གནས་པ་ཟེར། གང་ཟག་གི་གནས་བདག་ནི་རང་  
རེའི་ཆོས་ལུགས་འཛིན་པའི་གང་ཟག་གཅོད་མཁན་གང་དག་རི་ཁྲོད་གང་ཏུ་འདུག་པའི་

གནས་དེ་ཉིད་ཀྱི་བདག་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་དེ་གནས་སོ། །ཟེར་ནས་གནས་སྐབས་ཙམ་རེ་  
བདག་ཏུ་བཟུང་བས་ན། གྲེ་བྲག་པའི་གང་ཟག་གི་གནས་བདག་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

ཁོང་བདག་ལ་ཡང་། གཉུག་མར་གནས་པ་དང་། ཁྲོ་བྱར་དུ་ལྷགས་པ་གཉིས།  
ཁོང་ཞེས་པ་ནི་འཁྲོ་བ་མི་དང་ལྷགས་དང་འབྱུང་པོ་རྣམས་འདུས་པའི་རྟེན་གནས་སམ།  
གང་ངམ་ཁྲིམ་ཞེས་པ་མང་པོ་ཞིག་འབྲེལ་ཞིང་འགྲིག་པར་གྱུར་པ་ལ་ཟེར་རྟེ། ཁོང་ཁྲིར་  
ཆེན་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་འབྱུང་པོ་མི་མ་ཡིན་པ་  
ཁོང་ཁྲིར་ལ་རྒྱུན་མར་གནས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་ཁོང་བདག་གཉུག་མར་གནས་པ་  
ཟེར། ཁྲོ་བྱར་བ་ནི་ཁོང་ཁྲིར་བདག་ཏུ་བཟུང་ཡང་། གནས་པར་མི་སེམས་ནས་ཡུལ་  
ཕྱོགས་ཀྱི་ཁོང་ཁྲིར་ནས་ཡུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁོང་ཁྲིར་གང་རྟེན་དུ་རྒྱ་ཞིང་ཆོ་བ་ལ་ཟུང་ངམ།  
ཆོ་བ་གཅིག་གམ། ཞག་ལ་ཟུང་རེའི་བར་ཙམ་ཁོང་ཁྲིར་ལ་གནས་ཤིང་ཡམས་ནད་དང་ལོ་  
ནད་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་སྣ་ཆོགས་པ་གཏོང་བར་བྱེད་པའི་འབྱུང་པོ་དུས་དང་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཏུ་རྒྱ་བ་ཞིག་ཡོད་དོ། །དེ་ལ་ནི་ཁྲོ་བྱར་དུ་ལྷགས་པའི་ཁོང་བདག་ཟེར་བ་  
ཡིན་པས། དེ་རྣམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་གྱིས་ལ་གཞན་པན་སེམས་དང་མ་  
གྲལ་བའི་ངང་ནས་ལུས་ཀྱི་མཆོད་སྦྱིན་ལ་འབད་ཚེས་དུ་མ་སྦྱོལ་ཅིག་བྱ་སྦྱོབ་ཀྱང་། ཞེས་  
གསུངས།

ཡང་ཆོས་ཀྱི་སེང་གེས་ཞེས་པ། མ་ཅིག་ལགས། སྦྱིར་གཅན་གཅན་དང་གཅན་  
གཅན་ཀྱི་པགས་པའི་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་དང་། ས་བདག་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་གསུངས་  
པ་ངོ་མཆར་ཆེ་ལེགས་སོ། །རང་རེའི་ཆོས་ལུགས་ལ་མཆོད་སྦྱིན་ཀྱི་རྩ་བ་རང་ལུས་ལ་  
བྱེད་པར་གསུངས་པས། རང་ལུས་ལ་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་  
ལགས་མོད་ཀྱང་། ད་དུང་ལུས་ཀྱི་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པའི་ཆེ་རང་ལུས་འདོམ་གང་ལ་  
གསུངས་པ་ལས། དེ་བས་ཆེ་དུ་བསྐྱེད་ན་ཅི་ཙམ་དུ་བརྟུབ། འདོམ་པ་གང་ལས་རྒྱུང་རྒྱུང་  
ངམ། རྒྱུང་དུ་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡོད་དམ། གངས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡོད་དམ། གངས་མང་བའི་

ཚད་གཅིག་ནས་དུ་མའི་བར་དུ་དགོས་པ་དང་། ལས་བྱེད་པའི་མཁའ་འགྲོ་མ་འབྲུམ་ཕྱི་  
གསུངས་པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ལགས་པ་དང་། གཉེན་དམིགས་སྒྲོར་ནི་དཔག་ཚད་ལྔ་བརྒྱ་  
གསུངས་པ་ལས། དཔག་ཚད་ལྔ་བརྒྱ་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་དམིགས་ན་འོང་ངས། དཔག་ཚད་  
ལྔ་བརྒྱ་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་དམིགས་ན་རུང་བ་ལགས་སམ། དེ་རྣམས་ལ་འདྲ་ཅག་གིས་ད་རུང་  
མོ་ལ་བྱ་རུང་བ་མ་རྟེན་པས་ལེགས་པ་ཞིག་གསུངས་ན་ལེགས་སོ། །ཞེས་ཁུས་པས།

མ་ཅིག་གི་ཞབས་ནས། ལུ་སྐལ་བ་དང་ཕྱན་པ་རྣམས་ཉོན་དང་། ལུས་ཆེར་བསྐྱེད་  
བ་དང་གངས་ཀྱི་ཚད་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ལུས་འདོམ་བ་གང་ལས་འདོམ་བ་ལྷ་བརྒྱའི་  
ཚད་དང་ཕྱན་པ་ཆེར་བསྐྱེད་དོ། །རོའི་གངས་ཀྱང་འདོམ་བ་ལྷ་བརྒྱ་པའི་རོ་ལྷ་བརྒྱའི་  
གངས་དང་ཕྱན་པར་དམིགས་སོ། །དེ་ཡང་རོ་ལྷ་བརྒྱ་ལ་ལས་བྱེད་མཁའ་འགོ་མ་འབྲུམ་  
སྤེ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། རོ་རེ་རེ་ལས་མཁའ་འགོའི་གཙོ་མོ་བཅུ་བཅུ་རེར་བསྐྱེད་དེ། གཙོ་མོ་  
བཅུ་བཅུ་རེ་རེ་ལ་རང་དང་འབྲུ་བའི་མཁའ་འགོ་འཁོར་ཁྲི་སྟག་རེ་རེས་བསྐླར་བར་དམིགས་  
བས། རོ་ལྷ་བརྒྱ་པོ་རེ་རེ་ལའང་མཁའ་འགོ་མ་འབྲུམ་སྤེ་རེ་རེར་གྱུར་པ་ཡིན་བས། མཁའ་  
འགོ་མ་འབྲུམ་སྤེ་ལ་ལྷ་བརྒྱའི་གངས་དང་མཉམ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ལས་བྱེད་  
མཁའ་འགོ་མ་འབྲུམ་སྟག་རེ་རེས་བསྐླར་བ་བཞིན་ཆོབ་པ་རེ་རེ་བཞིན་གྱིས་མདུན་གྱི་ནམ་  
མཁའ་མཆོད་ཡུལ་གྱི་མགོན་ཅ་བརྒྱད་གྱི་ལྷ་མ་ཡི་དམ་ལྷ་ཆོག་གས། སྟོགས་བཅུ་དུས་  
གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་མཁའ་འགོ་དཔའ་མགོན་སྲུང་མ་དང་  
བཅས་པ་རེ་རེ་དམིགས་ཤིང་། ལས་བྱེད་འབྲུམ་སྤེའི་མཐའ་སྐྱོར་དུ་སྦྱོན་གནས་གྱི་མགོན་  
ལན་ཆགས་པ་དང་། རིགས་སྟག་དང་། གཞི་བདག་དང་ལྷ་དང་། གདུག་པ་ཅན་དམར་  
འབྱེད་གྱི་མགོན་དང་། དེ་རྣམས་ལ་ཡང་འབྲུམ་སྟག་རེ་རེའི་གངས་དང་བཅས་པ་དམིགས་  
ལ། མཆོད་སྦྱོན་རང་རང་གི་གནས་སྐབས་ནས་བཤད་པ་བཞིན་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ནི་  
ལུས་ཆེར་བསྐྱེད་པའི་ཚད་དང་། གངས་ཀྱི་ཚད་དང་། ལས་བྱེད་འབྲུམ་སྤེ་དམིགས་པའི་  
ཚུལ་དང་། དེའི་མཆོད་ཡུལ་དང་། སྦྱོན་གནས་གྱི་མགོན་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་བཅས་པ་དེ་



རྣམས་ནི་དེས་པར་དུ་དོན་གནས་ལ་དབབ་པའི་ཆད་དེས་པ་ཅན་དུ་ཡིན་པས་མ་བརྗེད་  
པར་བྱ་དགོས་མོད་བྱ་སྒྲོབ་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དབང་པོ་ཡང་རབ་ཀྱིས་དེ་བས་ལྷག་པ་བསྐྱེད་  
ལུས་ན། རོ་རེ་རེ་ཡང་དབག་ཆད་ལྔ་བརྒྱའི་ཆད་དང་ལྷན་པ་ཆེར་བསྐྱེད་པའི་རོས་སྟོང་  
གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོ་ཐམས་ཅད་གང་བར་དམིགས་ཏེ། རོ་རེ་རེ་བཞིན་ལས་བྱེད་འབྲུམ་  
སྡེ་དང་། མཆོད་སྦྱིན་མགོན་བསྐྱེད་ཚུལ་རྣམས་སྟོན་དུ་བཤད་པ་དང་འབྲུམ་བུ་དབང་པོ་རབ་  
ཀྱི་ལུགས་སོ། །

ཡང་དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་སྐྱོངས་པ་སྟོ་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱིས་རོ་འདོམ་པ་ལྔ་བརྒྱ་པ་གཅིག་  
ལས་ལས་བྱེད་མཁའ་འགོ་འབྲུམ་སྡེ་གཅིག་དང་། མཆོད་སྦྱིན་གྱི་མགོན་ཀྱང་དེ་དང་འབྲུམ་  
བར་བསྐྱེད་པ་ནི་དབང་པོ་ཐ་མའི་ལུགས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་རོ་ཆེ་རྒྱུད་དང་མང་ཉུང་གི་ཆད་  
གང་དུ་དམིགས་ཀྱང་རོ་རུལ་བ་དང་། རྒྱུན་པ་དང་། བམ་པ་དང་། མདོག་ངན་པ་དང་།  
བཟག་མེད་པ་དང་། རུལ་ཕོག་པ་དང་། སྐམ་ཞིང་རིད་པ་རྣམས་ནི་དམིགས་སུ་མི་རུང་ལ།  
རོ་གཞོན་པ་ལང་ཆོ་བཟག་མདངས་དང་ལྷན་པ་སྤར་དམར་འབྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་  
ལྟར་དམིགས་པར་བྱའོ། །

གཉེན་སྟོར་གྱི་དབག་ཆད་ལྔ་བརྒྱ་པ་ཡིན་པར་དེས་པ་ཅན་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དབང་  
པོ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་གྱི་བྱེད་པར་སྟོང་གསུམ་ཅུ་དམིགས་པས་འཆུན་པའམ། སྤྱིང་  
བཞི་རེ་རབ་ལུགས་རེ་དང་བཅས་པའམ། སྤྱིང་གཅིག་པའམ། རྒྱ་གར་རྒྱ་ནག་བལ་པོ་བོད་  
ཁམས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཆེན་པོ་རེ་རེ་ཅུ་པའམ། ཡུལ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སོ་  
སོར་དམིགས་པས་བཅད་པའི་ཡུལ་སྤན་རེ་རེ་བའམ། ཡུལ་སྤན་རེ་རེའི་ནང་ཆོན་ཡུལ་  
ཕྱོགས་རེ་རེ་བའམ། ལུང་པའི་ཁོག་པ་རེ་རེ་བའམ། ཡང་ན་མིག་རྒྱུད་གང་ངམ། ལྷ་  
མཁའ་དང་ས་གཞི་གཉེན་ལྟུགས་ལྟར་ཡོད་པའི་བར་དང་། ཐ་ན་དབག་ཆད་ལྔ་བརྒྱའི་བར་ལ་  
རང་རང་གི་སྟོ་ལ་རན་པ་གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་མི་འཐད་པ་ཆེན་པོ་ཅུ་མ་ནི་མེད་ཅིང་། དེ་ལྟར་  
གཉེན་སྟོར་ཆེ་རྒྱུད་གི་རིམ་པ་རྣམས་གང་ཟག་རང་གི་ཡིད་ལ་རན་པ་ཅུ་མ་གྱིས་གཅོད་པར་

བྱེད་པ་འཐད་མོད། འོན་ཀྱང་དཔག་ཆད་ལྔ་བརྒྱ་པ་ནི་བྱེད་པར་དུ་དགོས་པས་དེ་ལྟར་དུ་  
ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག་བུ་སྟོབ་ཀྱན།

དེ་ལྟར་གཉེན་སྒྲོར་དཔག་ཆད་ལྔ་བརྒྱ་པ་དང་། རོ་ཆེར་བསྐྱེད་པར་རང་རང་གི་  
འདོམ་པ་ལྔ་བརྒྱ་པ་དང་། གངས་ཀྱི་ཆད་ལྔ་བརྒྱ་པ་དང་། རོ་རེ་རེ་ལ་ལྷ་མོ་ཉིས་བརྒྱ་རེ་  
སྟེ། ལས་བྱེད་མཁའ་འགྲོ་འབྲུམ་སྟེ་གཅིག་དང་། དེ་རེ་རེ་ལ་འང་མཆོད་ལུལ་གྱི་ལྷ་དང་།  
སྒྲིན་གནས་ཀྱི་མགོན་ཆོན་པ་རེ་རེ་སོ་སོར་བསྐྱེད་པ་དང་། དེ་ལ་ཡིད་མ་གཡེངས་པར་  
བྲན་ཤེས་དང་འགྲོགས་པའི་དཔེགས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བསྐྱེམས་ཏེ། ལུས་སེམས་རང་  
བཞིན་དུ་སྟོད་ཅིང་ཞི་དུལ་དང་ལྷན་པས་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་ལ་སྤྱང་རྗེའི་  
སྤྱང་བོ་ཅན་གྱི་ལྷག་བསམ་གྱི་རྩི་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱས་ནས། ཉིན་ཞག་སྟུག་གཅིག་ལ་  
ཐུན་བརྒྱད་དམ། དུག་ངེས་པར་དུ་དགོས་ལ་ཐ་མ་ཡང་བཞིར་བྱེད་པའི་བཙོན་འབྲུས་བྲག་  
པའི་གོ་ཆ་གྲོན་པས། སྟོང་དང་། ཆོ་འབྲུལ་དང་ཆར་ཆད་དང་ཆོད་ཆད་དང་བཅས་པ་  
ལེགས་པར་འོང་བས་ངེས་པར་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་གྱིས་ལ་དང་དུ་འོངས་ཤིག་གསུངས།

ཡང་ཆོས་ཀྱི་སེང་གེས། མ་ཅིག་ལགས། ལུས་ཀྱི་ཆད་དང་། གངས་དང་། ལས་  
བྱེད་འབྲུམ་སྟེ་དང་། གཉེན་སྒྲོར་དང་མཆོད་སྒྲིན་མགོན་དང་བཅས་པའི་བྱེད་ལས་རྣམས་  
ལེགས་པར་གསུངས་པ་རོ་མཆར་ཆེ་བ་ལགས་སོ། །ད་དུང་ཞུ་བ་ལགས་པས། སྟོང་དང་  
ཆོ་འབྲུལ་གསུངས་པ་གཅིག་གམ། གཉིས་ཡིན་ན་དེའི་ས་མཆོམས་གང་ལགས། ཆར་  
ཆད་དང་། ཆོད་ཆད་གསུངས་པ་ཡང་གཅིག་གམ། གཉིས་སུ་ཡིད་པ་དེའི་རྩལ་གང་ལྟར་  
ལགས་གསུང་དུ་གསོལ། ཞེས་ཞུས་པས། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས་བུ་ཉོན་དང་། སྟོང་དང་ཆོ་  
འབྲུལ་གཅིག་མ་ཡིན་གཉིས་ཡིན་ཅིང་། ཆར་ཆད་དང་ཆོད་ཆད་ཀྱང་གཅིག་མ་ཡིན་  
གཉིས་ཡིན་པ་ནི། དང་པོ་སྟོང་ཆད་དང་། དེ་ནས་ཆོ་འབྲུལ། དེ་ནས་ཆར་ཆད། དེ་ནས་  
ཆོད་ཆད་ཀྱི་ཉམས་འོང་བས་གོ་རིམ་གྱི་བྱེད་པར་ལ་སོགས་པ་ལུགས་འབྲུང་ངེས་པ་ཅན་  
དུ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་དང་པོ་རྒྱལ་འབྲུག་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕུང་པོ་གཟན་དུ་བསྐྱར་བ་དང་། གཉན་  
ཁོང་བསྐྱེན་པ་དང་གཉིས་ཀྱི་ལོགས་སུ་འདུས་པ་ཉམས་སུ་ལེན་བྱའི་གནད་རྣམས་ཀྱི་  
རྒྱུ་དང་དོན་དམ་གཉིས་ཟུང་འཇུག་གི་ཚུལ་གྱིས་མན་ངག་གི་སྒྲིབ་རྣམས་ཁོང་དུ་ཆུད་  
པར་བྱས་ཤིང་། གཉན་ཁོང་ཉམས་དགའ་བ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གནས་སམ། ཡང་ན་སའི་  
དམིགས་སམ། གཉན་དམིགས་སམ། གནད་དམིགས་སམ། གང་དུ་འདུག་ཀྱང་ཞི་བ་  
དང་། རྒྱས་པ་དང་། དབང་དང་། དག་པོ་དང་། ཤིན་ཏུ་དག་པོ་ལ་སོགས་པའི་དམིགས་པ་  
གང་གི་སྒྲིབ་འཇུག་ཀྱང་གཞན་པའི་ཀྱི་བསམ་པ་ཅེ་གཅིག་པ་དང་། སྒྲིབ་པ་ཉིད་དང་སྒྲིབ་  
ཇི་དབྱེར་མེད་པའི་ཀྱི་སྒྲིབ་གཞིར་བཞག་ནས། ཞི་བ་ལ་སོགས་པ་གང་གཙོ་བོར་བྱེད་  
པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་གཟེར་བས། གཉན་ཁོང་དེ་ཉིད་དུ་གནས་པའི་འབྱུང་པོ་དེ་དག་གིས་  
རྒྱལ་འབྲུག་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་པའི་གཟེར་བཞིན་མ་བཟོད་ནས་འབྱུང་པོ་དེ་དག་འབྲུགས་  
ཏེ་རྒྱལ་འབྲུག་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་བར་ཆད་ཚུལ་པའི་བྱིར་དུ། འབྱུང་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རང་  
རང་གི་སྒྲིབ་གང་ཡོད་པ་དང་། གཞན་ལྷ་པོ་གཞན་དང་བཅས་པ་བསྐྱེད་ཞིང་གཟེངས་ནས་  
ཐམས་ཅད་སྤྱད་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཆེ་རྒྱལ་འབྲུག་པའི་ལུས་སེམས་ཅུང་ཟད་མི་བདེ་བ་  
སྤང་བ་བན་བྱུང་ཟང་ཟེར་སྤང་འབྱུང་དོ། །དེ་ལ་དང་པོ་སྒྲིབ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་འབྱུང་པོ་དེ་དག་གིས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པས་ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་རང་  
རང་རྣམས་ལ་རྒྱས་སྒྲིབས་གང་ཡོད་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་མི་འདྲ་བ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་  
དང་། རྒྱལ་འབྲུག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བར་ཆད་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་གཏོང་  
བར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཆེ་རྒྱལ་འབྲུག་པ་ལ་དངོས་སུ་འཇུག་ཉམས་སྤང་ངམ། གཟེར་བྱིན་ནས། མི་  
ལམ་མམ་བཞིའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་འོང་བ་ལ་ནི་ཆོ་འཕྲུལ་ཟེར་བ་ཡིན་  
ནོ། །

དེ་ནས་འབྱུང་པོ་དེ་དག་གིས་ཆོ་འཕྲུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་བསྐྱེད་ཀྱང་། རྒྱལ་  
འབྲུག་པ་ལ་སྐྱེད་པ་ཆེད་ཅིང་། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་པ་མ་བཟོད་པས་འབྱུང་པོ་དེ་དག་གི་

ལུས་པའི་དཔལ་འགོད་ནས། རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་བབས་ཏེ། བཀའ་གཉན་གསུང་ལ་བསྟོན་  
 ཅིང་ཇི་ལྟར་འཕོག་པ་བཞིན་བྱས་ནས། འཇིག་རྟེན་གྱི་དངོས་གྲུབ་འདོད་ཡོན་སྤུངས་ཆོག་གས་  
 རྣམས་སྐྱབ་ཅིང་བྲན་བཞིན་དུ་བྱེད་དོ། །དེའི་ཆེ་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་ཡོན་ཏན་སྐྱེས་པའི་སྤྱི་  
 ལྟས་ཀྱི་རྟགས་བཟང་པོ་མི་འདྲ་བ་སྤྱི་ཆོག་གས་པ་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་འབྱུང་དོ། །དེ་ལ་  
 ཆར་ཆད་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ནས་འབྱུང་པོ་དེ་དག་གི་དཔལ་ཆག་ཅིང་རར་ཞི་ནས་གདུག་  
 སེམས་ཉམས་ཏེ་རྣལ་འབྱོར་པའི་བཀའ་ལ་ཉན་ཅིང་། དེ་ཕྱིན་ཆད་གཞན་ལ་གཞོད་པ་མི་  
 བྱེད་པར་དམ་བཅས་ཤིང་། ཆོས་སྐྱབ་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོགས་བྱེད་ཅིང་། ཐར་པའི་ལམ་ལ་  
 འཇུག་ཅིང་། དགོ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན་པ་དང་། དཀར་ཕྱོགས་ངེས་པར་སྦྱོང་བའི་སྟོབས་  
 ཀྱིས་འབྱུང་པོ་དེ་དག་ཐར་ལམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ས་ཐོབ་པའི་རྟགས་རྣམས་ངེས་པར་རྣལ་  
 འབྱོར་པ་ལ་འོང་ཞིང་། དེའི་ཆེ་རྣལ་འབྱོར་པ་རང་ཉིད་ལ་ཡང་བཟང་ངན་གྱི་རྟོག་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲུམས་ཤོར་བའི་སེམས་ཀྱི་ཁུ་འཕྲིག་ཐམས་ཅད་རྩ་ནས་བཅད་ཅིང་། བདག་  
 མེད་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་ལྟ་བ་རྣམ་དག་མདོན་དུ་གྱུར་ནས་འོང་  
 བས་རང་དོན་འབྱུང་ཅིང་། གཞན་གནས་བདག་འབྱུང་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་གཙོ་བོར་  
 བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་དུ་མ་ཞིག་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་ལུས་པ་སྤུན་སྤུམ་ཆོག་གས་  
 པ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཆོད་ཆད་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་སྟོང་དང་ཆོ་འཕྲུལ་དང་ཆར་ཆད་དང་། ཆོད་ཆད་བཞི་གོ་མ་ལོག་པར་  
 རིམ་པ་བཞིན་དུ་འོང་དགོས་པ་ངེས་པ་ཅན་དུ་ཡིན་ཡང་། གང་ཟག་རྣམས་པ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱང་  
 པར་དང་། བཙོན་འཕྲུལ་ཆེ་ཆུང་དང་། དམིགས་པ་གཙུག་ཤེས་མི་ཤེས་དང་། དམིགས་པ་  
 ཟིན་མི་ཟིན་དང་། དམིགས་པ་གསལ་མི་གསལ་དང་། དམིགས་པ་དྲག་ཞན་དང་། གང་  
 དང་གང་གི་དམིགས་པ་འེ་རྣམ་པ་སྟེད་མི་སྟེད་དང་། སྒྲིར་མན་རག་གི་གཙུག་ཐབས་ཤེས་  
 མི་ཤེས་དང་། གོ་མ་གོ་དང་། དམིགས་པ་འེ་ཞི་དྲག་གི་བྱང་པར་དང་། ཉད་སྒྲིབ་ཡོད་མེད་  
 གི་བྱང་པར་དང་། སྒྲིབ་པ་ཆེ་ཆུང་དང་། སྟོན་བསགས་སྦྱངས་པ་ཆེ་ཆུང་དང་། སྟོང་།

ཁམས་ཆེ་ཆུང་དང་། དབང་པོ་རབ་འབྱེད་ཐ་མའི་བྱུང་པར་ལ་སོགས་པ་མི་འདྲ་བའི་  
རིགས་སྣ་ཚོགས་པ་དང་། གངས་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པའི་དོན་གྱིས། ལྷོང་སོགས་བཞི་པོ་གོ་  
རིམ་བཞིན་འོང་བ་ནི་དཀའ་ལ། ལྷོང་སོགས་བཞི་པོ་མི་འཆམ་པར་འདི་འདྲ་འོང་བ་ཡོད་དེ།  
མ་ལྷོང་བར་ཆོ་འཕྲུལ་འབྱུང་བ་ཡང་ཡོད། ཆར་ཆད་མ་བྱུང་བར་ཆོད་པ་འབྱུང་བ་ཡང་  
ཡོད། ཆར་ལྷོང་མི་འོང་བས་ཆོ་འཕྲུལ་དང་ཆོད་པ་གཉིས་འོང་བ་ཡང་ཡོད། ཆར་ལྷོང་  
གཉིས་འོངས་ནས་ཆོ་འཕྲུལ་དང་ཆོད་ཆད་གཉིས་མི་འོང་བ་ཡང་ཡོད། ལྷོང་དང་ཆོ་འཕྲུལ་  
གཉིས་པོ་མ་འོངས་ནས་ཆར་ཆད་དང་ཆོད་ཆད་གཉིས་འོང་བ་ཡང་ཡོད། ཆར་ཆད་དང་  
ཆོད་ཆད་གཉིས་མ་འོངས་ནས། ལྷོང་ཆད་དང་ཆོ་འཕྲུལ་གཉིས་ཁོ་ན་འོང་བ་ཡང་ཡོད།  
ཆར་ཆོད་མ་འོངས་ནས་ལྷོང་དང་ཆོ་འཕྲུལ་གཉིས་འོང་བའི་དུས་ཀྱང་ཡོད། ལྷོང་སོགས་རེ་  
རེ་འོངས་ནས་གསུམ་པོ་མི་འོང་བའི་དུས་ཀྱང་ཡོད། ལྷོང་སོགས་བཞི་ག་དུས་གཅིག་ལ་  
རྫོགས་པ་ཡང་ཡོད། ཞག་གཅིག་ནས་བཞི་ག་རྫོགས་པ་དང་། ཞག་གསུམ་བར་དུ་དང་།  
ཞག་ལྔའི་བར་དང་། བདུན་དང་། བརྒྱ་བཞི་དང་། ཉེར་གཅིག་དང་། རྩ་བ་གཅིག་དང་། རྩ་  
བ་གཉིས་ནས་ལོ་གཅིག་གི་བར་དང་། ལོ་གཅིག་ནས་ལོ་དྲུག་རྒྱུ་ལ། མི་ཆེ་གཅིག་གི་  
བར་དུ་ལྷོང་ནས་ཆོད་པའི་བར་བཞི་པ་མི་རྫོགས་པའི་རིགས་ཀྱང་ཡོད་པས། དེ་ལྟར་ཆར་  
ལྷོང་སོགས་བཞི་པོ་འདི་གོ་རིམ་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་པ་འོང་བ་ནི་གང་ཟག་གི་བྱུང་པར་ཡིན་  
པ་དང་། གནས་བདག་ཞི་དག་གི་བྱུང་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་གང་ཟག་སྟོ་  
དུལ་ཞིང་ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་ངོས་ནས་ཆེ་དེ་སྟོས་གཏོང་བྱས་པ་དེ་ཆོས་ལུགས་ལ་བྱུང་  
པར་དུ་དད་ཅིང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བསམ་ལ། མན་ངག་ཐམས་ཅད་གཞུན་  
ཐབས་དང་གོ་རིམ་ལ་མཁས་པར་བྱས་ནས། ལེགས་པོར་ཉམས་སྲུ་སྒྲངས་ན་ལྷོང་སོགས་  
བཞི་པོ་གོ་རིམ་བཞིན་འོང་བར་ངེས་སོ། །

དེ་ཡང་ཆོད་ཆད་ཅེས་པ་ནི་ཕྱི་ལྷུལ་སྣང་ཐམས་ཅད་བདེན་པར་གྲུབ་པ་མེད་  
པར་ཤེས་ཤིང་མི་རྟག་པ་མི་བརྟན་པར་གོ་ཞིང་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་ནས། ལུལ་སྣང་གྲུབ་

པ་མེད་པར་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་པའི་གཟུགས་བརྟན་དུ་ཤར་ནས་འོང་བ་དེ་ཕྱི་ཡུལ་སྤང་  
གི་ཆོད་ཆད་ཡིན་ནོ། །ནང་བདག་འཛིན་གྱི་ཅ་བ་ཅད་ནས་ཆོད་ཅིང་བདག་མེད་གནས་  
ལུགས་སྤྱོད་པའི་དོན་མངོན་དུ་གྱུར་ནས། རང་བཞིན་སྤྱོད་པའི་གཟུགས་བརྟན་དུ་ཤར་བའི་  
སྤྱིས་བྱ་ཡིན་པར་ཤེས་ཤིང་། བདེན་མེད་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུའི་དོན་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ནང་གི་ཆོད་  
ཆད་དང་དེ་གཉིས་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་སོ་སོར་སྤང་བ་ཡང་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཞེས་དོན་  
དམ་པའི་སྤྱོད་དུ་རྟོག་ཅིག་པ་དབྱེར་མེད་ཅུ་ཆུ་ལྟ་བུར་ཤེས་ཤིང་། དེ་ལ་མངའ་བཞེས་པ་ནི་  
ཕྱི་ནང་དབྱེར་མེད་བྱུང་འདུག་གི་ཆོད་ཆད་ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ནལ་འབྱོར་པའི་ཆོས་  
ཉིད་ཀྱི་བྱས་པའི་སྤྱོད་པས་ཀྱིས། ཕྱི་གཉན་སའི་ལྟ་འབྱེད་གཟུགས་སེམས་ཞི་ནས་དུལ་བར་  
གྱུར་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་ནས་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་ཅིང་། རྒྱ་ནང་མེད་པའི་གོ་  
འཕང་ལ་བཀོད་ནས་འཁོར་བར་སྤྱོད་པའི་རྒྱན་གཅོད་པར་བྱེད་པ་ནི། སྤེམས་བྱ་ཡུལ་གཉན་  
སའི་ལྟ་འབྱེད་ཆོད་པའི་ཆད་ཡིན། ནང་གང་ཟག་གི་སྤེམས་བྱེད་བཟང་ཉོགས་ངན་ཉོགས་  
ཡིད་བྱ་ཡིད་བྱེད་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་བྱས་ཀྱི་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་རང་སར་ཆོད་ནས། སྒྲོས་  
བྱས་བྱར་མེད་སྒྲོ་འདས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་ནས། མ་རིག་ཉོན་མོངས་དུག་  
ལྷ་དག་ནས་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་རབ་དུ་རྒྱས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས་གཏུག་བྱར་གྱུར་པའི་འགྲོ་  
བ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོངས་པའི་སུན་པ་བསལ་ནས་འགྲོ་བའི་དོན་མཐའ་ཡས་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་  
རོ། །དེ་ཅུ་ན་བདུད་ཐམས་ཅད་དཔལ་དུ་ཤར། བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཡོན་ཏན་གྱི་བོགས་  
འདོན་དུ་འགྱུར། རྒྱུན་པར་བ་ཐམས་ཅད་འདོད་དོན་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་  
གོགས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པ་ནི། རིན་པོ་ཆའི་སྤྱིར་ན་རྟོ་མེད་པ་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་དུ་གང་  
ཟག་དེ་དག་གི་སེམས་ལ་བྱན་ཆད་དང་། དག་ནས་སྤྱོད་ཆད་དང་། ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བྱ་བ་  
བྱས་ཆད་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཁོ་ནའི་རྒྱར་འགྱུར་ཞིང་། འགྲོ་བའི་རེ་  
འདོད་སྤྱོད་པ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བྱ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལ་ནང་གི་སྤེམས་བྱེད་  
གང་ཟག་གི་ཆོད་ཆད་ཟེར། དེ་ཡང་སྤེམས་བྱ་གཏུག་རྒྱའི་ལྟ་འབྱེད་ཞེས་པ་གཞི་གཏོད་མ་

ནས་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཁ་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་དང་། སྒྲུམས་བྱེད་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱང་  
གཞི་གདོད་མ་ནས་གྲུབ་པ་མེད་པ་གང་ཟག་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་དང་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་  
སྟོང་པ་ཞེས་དོན་དམ་བདེན་པའི་སྟེང་དུ་རོ་གཅིག་པས་དབྱེར་མེད་ལྷན་སྒྲིམ་སུ་གནས་  
ཀྱང་། ཀྱན་རྩེ་གི་ཆ་ལྟར་སྤང་བ་ཙམ་དུ་མ་འདྲེས་པ་སོ་སོར་སྤང་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པས། གཅིག་དང་གཞན་ལའང་མ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་དངོས་སོ་ཀྱན་རང་བཞིན་  
དབྱེར་མི་བྱེད་པ་མེ་ལོང་དང་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་ཤེས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ལ་རང་  
དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ་ནི་ཟུང་འཇུག་གི་ཆོད་ཆད་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུ་ཆོད་ཆད་ནི་གཙོད་མཁན་བརྒྱའི་ནང་ནས་གཅིག་ཙམ་ཡང་འབྱུང་བ་  
དཀའ་ལ། གཙོད་མཁན་སལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོད་ཆད་དེ་མི་འབྱུང་ཞིང་། དང་སོ་སྟོང་  
ཡང་ངོས་ཟེན་པ་དཀའ་བས་ན། ལེ་ལོ་དང་རྣམ་གཤེད་གི་དབང་དུ་མ་སོང་བར་བྲན་ཤེས་  
ཀྱི་སྒོ་དང་འགྲོགས་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་གཙུན་ཐབས་ལ་བརྩོན་པ་གལ་ཆེའོ། །ཆོ་  
འབྱུལ་དང་ཆར་ཆད་ནི་གང་ཟག་རང་རང་གི་སྒོ་དང་མཐུན་པ་ཙམ་རེ་གཙོད་པར་ཁས་  
ལེན་ཆད་ཐམས་ཅད་ལ་འོང་སྟེ། ཡང་དག་པའི་ཆོ་འབྱུལ་དང་། ཆར་ཆད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་བྱེད་  
པར་ཅན་རྣམས་འབྱུང་བ་ཡང་དཀའ་བས། ཆོ་འབྱུལ་ལའང་སོ་སོར་ཅིས་ཀྱང་བྱི་ནང་  
གསང་བའི་བྱེད་པར་རྣམས་སོ་སོར་རྫོགས་དགོས་པ་དང་། ཐུན་མོང་བ་སྤྱིའི་མཆན་མ་ལ་  
ཡང་འབྱུང་བས། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆན་མ་ཡང་འབྱུང་། དེ་ལྟར་ཆོ་འབྱུལ་གྱི་བྱེད་  
པར་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་ཤིང་ངོས་ཟེན་དགོས་སོ། །ཆར་ཆད་ལའང་ཐུན་མོང་བ་དང་། ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆན་གྱི་བྱེད་པར་དང་བཅས་པ་ཤེས་ཤིང་ངོས་ཟེན་པ་གལ་  
ཆེའོ། །སྟོང་དང་ཆོ་འབྱུལ་ཆར་ཆད་ཆོད་ཆད་རྣམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་  
གྱིས་ལ་ཉམས་སུ་འོངས་ཤིག་རིགས་ལྡན་བུ་སྟོབ་ཀྱན་ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་ཆོས་ཀྱི་སེལྤེས་མ་ཅིག་ལགས། ཆར་ཆད་ལ་ཐུན་མོང་བ་དང་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པ་གཉིས་ནང་ཆན་དང་བཅས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་སྟེ་བའི་སྤྲ་ལྟས་ཀྱི་རྟགས་བཟང་སོ་

མི་འབྲ་བ་སྣ་ཆོག་པ་པ་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་འབྲུང་གསུངས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་རི་  
ལྟར་ལགས། ཞེས་ཞུས་པས། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བྱ་ཉོན་དང་ཆར་ཆད་ཐུན་མོང་དང་  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཀྱི་རེ་རེ་ལ་ཡང་ལྷ་ལྷེ། དང་པོ་ཐུན་མོང་ལ། ལྷ་འདྲེ་དབང་དུ་  
འདུས་པའི་ཆར་ཆད་དང་། ལྷ་འདྲེ་དམ་ལ་བཏགས་པའི་ཆར་ཆད་དང་། ལྷ་འདྲེ་དངོས་  
གྲུབ་སྟེར་བའི་ཆར་ཆད་དང་། རང་གི་ལུས་ཀྱི་ནད་བྱད་པའི་ཆར་ཆད་དང་། གདོན་བྱད་  
པའི་ཆར་ཆད་དང་ལྷོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ལྷ་འདྲེ་དབང་དུ་འདུས་པའི་ཆར་ཆད་ནི། ལྷ་འདྲེ་  
དབང་དུ་བསྐྱས་པའི་ཆོ་འབྲུལ་ཀྱི་དབལ་ཐམས་ཅད་ཆག་ནས་རང་ལ་བབ་སྟེ་རང་ཉིད་ལ་  
དད་ཅིང་གྲུས་པ་དང་བཅས་པས་བྲག་འཆལ་བ་དང་། བཀྲར་སྟེ་རིམ་གྱོ་ཐུན་ཐུན་ཆོགས་  
པ་བྲལ་བ་དང་། ཞི་དུལ་དང་ལྷན་པས་སྒོ་མོས་པའི་སྒོ་ནས་ཆོས་ཉན་པ་དང་། བཅེ་ཞིང་  
གཏུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཅི་གསུངས་པའི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་། དགའ་སྟོོ་དང་བཅས་པ་རི་  
ལྟར་བཅོལ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་ཐོགས་པ་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་དང་། རི་སྤྱང་སངས་རྒྱས་  
མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་ནས་བྲན་བཞིན་དུ་ཉན་པར་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་  
པ་དང་། རང་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་ནས་མིའི་འགོ་བ་མང་པོ་ལ་ཆོས་འཆད་པ་དང་།  
རང་ཉིད་མི་ཡི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་ནས་མི་རྣམས་ལ་དབང་བསྐྱར་ནས་དབང་དུ་སྤྱད་ཅིང་།  
འཇིག་རྟེན་ཀྱན་གྱི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་དང་། གཞན་ཡང་རྩ་བོ་རྒྱ་མཆོ་རབ་དུ་འཁྲུགས་ནས་  
འཕྱར་ཞིང་བླ་བས་འཕྱོ་བ་རྣམས་སྤར་ལ་ཞི་ཞིང་དུལ་བའི་རྩ་བོ་རྒྱ་མཆོ་དེ་དག་ལ་རང་  
ཉིད་འཕོག་བརྒྱལ་བྱས་ཀྱང་ཉམ་ང་བག་ཆ་མེད་པར་རྩ་བོ་རྒྱ་མཆོ་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པ་  
དང་། མེ་རི་ཤིན་དུ་འབར་ཞིང་འབྲིལ་ནས་ཆད་པའི་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་སྤར་ལ་ཞི་ནས་  
འཇམ་པར་གྱུར་པ་དེ་ལ་རང་ཉིད་མཆོང་གྲབས་བྱས་ཀྱང་ཉམ་ང་མེད་པར་མེ་ལ་དབང་ཐོབ་  
པ་དང་། བྲག་རི་དང་རམ་གྱོག་ཆེན་པོའི་གཡང་ས་ལ་བསྐྱར་ཀྱང་རང་ཉིད་ཉམ་ང་མེད་པ་  
སྤར་ཡང་མཆོང་རྩལ་བྱེད་ཅིང་གཡང་ས་དེ་དག་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པ་དང་། འཕྱོ་བ་མ་ཆེན་  
མོ་རབ་དུ་གཡོས་པས་ནམ་མཁའ་བར་སྤངས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཞེབས་པ་སྤར་ལ་ཞི་ཞིང་



དཔལ་ལྷན་ལྷན་མཉམས་པའི་བཀའ་མདངས་དང་ལྷན་ཞིང་རབ་ཏུ་དཔལ་ལྷན་གསལ་  
བའི་དང་དང་ལྷན་པའི་སྒྲིབས་ཀྱིས། རང་ཉིད་ཉམས་དགའ་བ་ཤེས་པ་གསལ་ཞིང་རིག་པ་  
དཔལ་པའི་སྒྲིབས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པས། བ་དན་ཅན་ལ་དབང་ཐོབ་པ་དང་། གཞན་དང་ཚོད་  
པ་བྱས་པ་ལ་རང་ཉིད་རྒྱལ་ཏེ་ཁོ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་ལ་འཇུག་དང་། འཇུག་ཚོད་གཡུལ་  
ལས་རང་ཉིད་རྒྱལ་ཏེ་པ་ཐོས་རང་གི་འཁོར་བུ་གྱུར་པ་དང་། སེར་བ་ཆེན་པོ་རབ་ཏུ་  
འཇུགས་པ་བསྒྲིག་པ་དང་། ས་ཚོད་བསྒྲིག་ཅིང་བཅུལ་བ་དང་། གཅན་གཟན་གཏུག་པ་  
ཅན་ཆམས་ཞོན་ཆམས་ཅལ་ཞིང་གཡག་ཚོད་དང་སྤང་པའི་འཛིགས་པ་ཆམས་ལ་ཁལ་བུ་  
བཀའ་བ་ཆམས་བུལ་ཞིང་རྟ་ཚོད་དང་པོང་བེལ་གསར་པ་ཆམས་འདུལ་བར་བྱེད་པ་ལ་  
སོགས་པ་དུད་འགྲོའི་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པ་ལ་དབང་བསྐྱར་པ་དང་། དེ་ཆམས་ཉམས་སྤང་  
ལ་ཤར་བའོ། ། རུད་པར་མི་ལམ་དུ་གསལ་པོ་བྱུང་ན་ལྟ་འདྲི་དབང་དུ་འདུས་པའི་ཆར་  
ཆད་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དམ་ལ་ཐོགས་པ་ནི་རང་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་ཏེ། འགྲོ་བ་མང་པོ་  
ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་འཕོག་ནས་དེའི་ཁྲིམས་ཆམས་བསྐྱར་བར་ཁས་ལེན་པའི་དམ་  
བཅའ་བྱས་པ་དང་། དེ་ནས་བསྐྱར་སྟེ་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་  
གཞོད་པ་སྤངས་ནས་ཕན་པ་བསྐྱབ་ཅིང་དགེ་བའི་ལས་ཅི་ཅུས་བྱེད་པར་དམ་བཅའ་བ་  
དང་། རང་ཉིད་ཡི་དམ་ལྟའི་དང་ནས་བྱི་དང་ནང་དང་གསང་བ་གང་རུང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་  
དུ་བཅུག་ནས་དབང་བསྐྱར་ཅིང་དམ་ལ་བཞག་པས་དེ་ལ་གནས་ནས་རང་རང་ཆམས་  
ཀྱིས་སོ་སོའི་སྒྲིག་སྟངས་ཀྱིས་དང་བཅས་པ་རང་ཉིད་ལ་ཐུལ་ནས་རྩི་སྤྱོད་འཁོར་བ་མ་  
སྟོང་གི་བར་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་བུ་འགྱུར་བར་དམ་བཅས་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་  
པའི་འོད་ཟེར་གྱི་རྒྱ་ཐག་གིས་བསྐྱར་ནས་གར་ཡང་འགྲོ་དབང་མེད་པ་དང་། ཁང་བ་བཟང་  
པོར་བཞུགས་སུ་བཅུག་ནས་ལོ་འདི་ཅམ་བསྐྱབ་པ་ལ་རེས་པར་གྱིས་བྱས་པའི་ལུང་འཕོག་  
པ་དང་། ཡང་ན་བྲག་གམ། རིའམ། རྩོན་ཤིང་འམ། རྩེ་ལ་སོགས་པ་གནས་འདི་ཞེས་

བྱ་བར། ལོ་འདྲིའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པ་འདི་ལ་བཅོན་པར་གྱིས་བྱས་པའི་ལུང་འཛོག་ནས་དེའི་  
བར་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་བཅོན་པར་དམ་བཅས་པ་དང་། ཡང་ན་ལོ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
དཔོན་པོ་རེ་རེ་བསྐོས་ནས་ལོ་འདྲིའམ། སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སློབ་དཔོན་འདྲིའི་  
ངག་ལ་ཉོན་ཅིག །གཞན་བྱ་བ་བྱེད་པ་དབང་མེད་དོ། །

སློབ་དཔོན་གྱིས་ཅི་གསུངས་པ་བཞིན་གྱིས་བྱས་པའི་དེ་བཞིན་བྱེད་པར་ཁས་  
ལྡངས་ཤིང་དམ་བཅས་པའི་ཆོས་ཉན་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་བྱེད་པ་དུ་མ་ཞིག་གིས་དེ་བཞིན་  
དུ་དམ་བཅས་པ་དང་། ཡང་ན་རང་ཉིད་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་དུ་གྱུར་པ་དེས་འགྲོ་བ་  
མང་པོ་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བའི་ཁྲིམས་སྒོལ་མང་པོ་གསར་དུ་བཏོད་དེ། ཁྲིམས་ལ་སྦྱར་  
བས་དེ་ལྟར་ཁྲིམས་བསྐྱང་བར་ཁས་ལྡངས་ཤིང་དམ་བཅས་པ་དང་། རང་ཉིད་མ་ཡིན་པ་  
གཞན་ཞིག་ཁྲིམས་ཀྱི་དཔོན་པོར་བསྐོས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ངག་ལ་འགྲོ་བ་མང་པོ་ཞིག་དམ་  
བཅས་པ་དང་། གཞན་ཡང་དུད་འགྲོའི་རིགས་གང་ཡང་རུང་བ་རྣམས་ར་བ་བཅོན་པོར་  
བཅུད་ནས་གང་ཡང་འགྲོ་དབང་མེད་པ་དང་། གདང་ལ་བཏགས་པའམ། ཐེ་གྲུས་གཞན་དུ་  
བཏགས་ཏེ་འགྲོས་དབང་མེད་པ་དང་། འཆོ་སྦྱང་བའི་དཔོན་པོར་བསྐོས་ནས་དེ་དག་གི་  
འཆོ་སྦྱང་བས་གཞན་གང་དུའང་འགྲོ་དབང་མེད་པ་དང་། དེ་རྣམས་ཉམས་སྤང་ངམ། བྱང་  
པར་མི་ལམ་དུ་ངེས་པ་ཅན་དུ་བྱུང་ན་ལྟ་འདྲེ་དམ་ལ་བཏགས་པའི་ཆར་ཆད་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དངོས་གྲུབ་ནི། སྒྲིམ་པ་བྱུང་མེད་གཞུགས་མཛེས་རྒྱན་ལྡན་མང་པོས་  
སྒྲུ་བྲོ་གར་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་པ་སྣ་ཆོགས་པས་རང་ཉིད་ལ་མཆོད་པ་དང་། དེ་རྣམས་  
གྱིས་གཞན་ཡང་བྱ་དང་བྱ་མོ་རྒྱུང་མ་བྲན་ཁོལ་རྣམས་པངས་པ་མེད་པར་འབྲུལ་བ་དང་།  
ཡུལ་མཁར་དང་རྟ་སྒྲུང་པོ་ལ་སོགས་པའི་དུད་འགྲོ་སྣ་ཆོགས་པ་དང་། གསེར་བྲེ་དང་།  
དངུལ་བྲེ་ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་ཐམས་ཅད་སྟོད་སྟོང་མ་ཡིན་པ་གཞུགས་  
དབྱིབས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དག་དང་། ལྷ་སྤྲུག་གསར་པ་ཁ་ཏྲིག་སྣ་ཆོགས་  
པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དར་ཐབ་སྣ་ཆོགས་པ་དང་། འབྲུ་རིགས་སྣ་ཆོགས་པ་དང་འབྲུ་ནག་

མ་ཡིན་པ་དང་། ལོ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་ཅི་ལོ་སྤྱོད་ཆོགས་པ་དང་། རྒྱུན་ཤིང་གསར་པ་ལོ་  
འདབ་རྒྱས་ཤིང་བརྟུང་དང་ལྡན་ཞིང་འབྲས་བུ་དང་། ཁ་དོག་ལྡན་པ་དང་། ཤིང་ཤིན་ཏུ་  
སྒོམ་ལ་བྱི་བཟང་པོའི་དང་པ་དང་ལྡན་ཞིང་རྩལ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཤིང་གི་རིགས་སྤྱོད་ཆོགས་པ་  
དང་། ཐང་དང་ཚུ་ལས་སྒྲིམ་པའི་མེ་རྟོག་གི་རིགས་ཁ་དོག་སྤྱོད་ཆོགས་པ། གཞན་ཡང་གོས་  
གསར་པ་ཁ་དོག་སྤྱོད་ཆོགས་པ། གདན་ཁྲི་རྒྱུ་ཅན་མལ་སྟན་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་ཆོགས་པ་  
དང་། མྱོ་སྟེང་དང་ནང་ཁོལ་ལ་སོགས་པ་སྤར་པར་ལ་བྱེར་བ་ཚུར་ལ་གཏད་པ་དང་། དེ་  
རྣམས་རང་ལ་གཞན་གྱིས་ཕུལ་བ་དང་། རང་གིས་དེ་རྣམས་ལ་ལོངས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་  
རྣམས་ཉམས་དང་མི་ལམ་དུ་བྱུང་ན་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བའི་ཆར་ཆད་ཡིན་ནོ། །

འཁོལ་བ་གདོན་བྱུང་པའི་ཆར་ཆད་ནི། རང་ངམ་དམིགས་བྱའི་ལུས་ལ། རྩོམ་སྤྲིག་  
སྤལ་སྤྲུལ། ཉ་སྟོང་། སྟོག་སྤར་བྱེ་ལེག། སྤང་མའི་རིགས་དང་། སྤོན་བུ་བྲ་བ་དང་། ཤིན་ཏུ་  
སྒོམ་པའི་རིགས་མི་འབྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་བྱུང་པ་དང་། གཅན་གཟན་གཡུང་དག་ལ་སོགས་པ་  
དུང་འཕྲོའི་རིགས་རྣམས་དང་། བྱུང་པར་དུ་སྤང་སྤྲེལ། བྱི་དང་རྟ་དཀར། བེ་ལེ་བྲ་ལེག།  
ཕག་དང་པོང་བྲ། བྱི་བ་དཀར་ནག། མོ་ཅེ་རྣམས་དང་། འདབ་ཆགས་ཀྱི་རིགས་དང་།  
བན་དེ། བོན་ཆེན། སྤགས་ཆས་ཅན་དང་། སྒྲིམ་པ། བྱུང་མེད། བྱིས་པ་ལ་སོགས་པའི་  
སྟོག་ཆགས་ལུས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་ཅན་ཡིད་དུ་འབྱུང་བྱུང་བ་རྣམས་ལས་  
བྱུང་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱལ་རབ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་སྟོང་གི་རིགས་དང་། རྩ་མ་ལ་  
སོགས་པ་སྤྱད་ནག་གི་རིགས་དང་། བྲ་བོ་ནག་པོ་དང་། སྤན་མ་ནག་པོ་ལ་སོགས་པ་འབྲུ་  
ནག་གི་རིགས་དང་། བྱི་ཕག་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་པལ་ནག་པོ་དང་། བྱི་སྤགས་ལ་སོགས་པ་  
ཕགས་པ་ནག་པོ་དང་། རེ་བ་ལ་སོགས་པ་གོས་སྟན་ནག་པོ་དང་། སྤལ་མ་དང་ཐེ་གུ་ནག་  
པོ་དང་། ཚུའི་རིགས་དང་། སྟོག་པའི་རིགས་དང་། དུག་ནག་པོ་དང་། བྲ་རོག་གི་སྟོང་དང་།  
སྤྱ་དང་། གཡེར་མ་བྱོད་ཅན་དང་། ལུགས་ལས་བྱས་པའི་འཛོར་སྟ་སྤྱད་དང་། གཞན་ཡང་  
རྩས་ངན་པ་ལས་བྱས་པའི་དངོས་པོའི་གཞུགས་མི་སྤྲུག་པ་གང་གི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་འདོད་

བ་གང་ཡིན་པ་དག་དང་། དེ་རྣམས་རང་གི་ལུས་ཀྱི་ནང་ནས་དབང་པོའི་སྒོའམ་རྒྱུ་ལག་གི་སེན་སྤྱག་གས་གཞན་གང་ཡང་རུང་བ་ནས་ཕྱིར་བྱད་ནས་གཞན་དུ་སོང་བའམ། ཡང་ན་དེ་རྣམས་རང་གི་ལུས་ལ་འབྱར་བ་ལུས་དང་བྲལ་ཏེ་གཞན་དུ་སོང་བ་རྣམས་ནི་ཉམས་སམ། མི་ལམ་དུ་བྱུང་ན་གདོན་བྱད་པའི་ཆར་ཆད་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་བ་ནད་བྱད་པའི་ཆར་ཆད་ནི། ཁྲག་དང་རྩག་དང་ཚུ་སེར་དང་། མི་གཙང་བ་དངོས་སམ་དེའི་ཁུ་བ་དང་། ཟས་གང་ཟོས་པ་དེའི་རུལ་མ་རྣམས་མར་བཤལ་བའམ། ཡར་སྤྱག་པའམ་མེ་ལྗེའི་རྣམ་པ་ཁ་དོག་སྡོད་མར་སྡོ་ཆོགས་པ་དང་། རྒྱུ་ཁ་དོག་སྡོ་ཆོགས་པ་དང་། འོད་ཁ་དོག་སྡོ་ཆོགས་པ་དང་། ཚུ་ཁ་དོག་སྡོ་ཆོགས་པ་དང་། རྒྱུ་ཁ་དོག་སྡོ་ཆོགས་པ་དང་། ཁུ་བ་ལྟར་ཁ་དོག་སྡོ་ཆོགས་པ་དང་། དེ་རྣམས་རང་གི་དབང་པོའི་སྒོའམ། བ་སྤྱའི་བྱ་ག་ནས་ཕྱིར་ཐོན་པའམ། ནད་རྒྱུང་མཁྲིས་བད་ཀན་སོགས་ནད་གསར་བ་སྒོ་བྱར་བ་ཡོད་ན། ནད་ལུག་གང་དུ་ཡོད་པའི་དེ་ཉིད་ནས་ཁྲག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཕྱིར་ཐོན་པའམ། ཡང་ན་སེམས་ཅན་འདིགས་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ནད་མིག་དེ་དག་ཟོས་ནས་མེད་བར་བྱས་པ་དང་། དེ་གང་ཡིན་པའི་ལྷུ་དུ་རང་གི་ལུས་ཡང་བ་དང་། མདངས་གསལ་བ་དང་། བདེ་བ་འབྲ་བ་བྱུང་སྟམ་པ་ནི་ཉམས་དང་མི་ལམ་གང་བྱུང་ཡང་ནད་བྱད་པའི་ཆར་ཆད་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་ལྷ་སྟེ། སྤྱི་བ་བ་དག་པའི་ཆར་ཆད་དང་། ལྷ་ཉགས་འབྱུང་པའི་ཆར་ཆད་དང་། ཐར་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆར་ཆད་དང་། བྱད་པར་མཆོག་གི་དངོས་བྱུ་བ་ཀྱི་ཆར་ཆད་དང་། འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་ཆར་ཆད་དང་ལྷ་ལས་དང་པོ་སྤྱི་བ་བ་དག་པ་ནི། ཁུས་བྱས་ལུས་ཐམས་ཅད་བཟུས་ཤིང་ངེ་མ་ཐམས་ཅད་དག་ནས་ལུས་དཀར་སིང་ངེར་གྱུར་པ་དང་། ནང་ནས་མི་གཙང་བ་རྣམས་བཤལ་ནས་ཁོང་པའི་ནང་ཉའི་སྟོ་བ་ལྟར་གཙང་དྲངས་སིང་ངེ་སོང་བ་དང་། ནང་ཆ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པར་བསྤྱག་ནས་ཁོང་པ་རྒྱལ་བ་ལྟར་སྟོང་སིང་ངེ་འདུག་པ་དང་། བར་ཅའི་ནང་ནས་བྱད་པའི་ཁུ་བ་ལྟར་ནག་ཅུ་

རེ་བ་སེལ་ཕྱག་དང་། བ་སྤྱིའི་ཁུང་བྱ་རྣམས་ནས་བྱུང་བའི་ཅ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་མ་ལུས་བཏབ་  
བ་བཞིན་དྲངས་སིང་རེ་བར་གྱུར་བ་དང་། རང་གི་ལ་རྩས་རྣམས་སོ་སོར་བྱེ་ནས་ལ་  
རྣམས་སེམས་ཅན་མང་པོས་ཐོས་ནས་ཉིལ་ཅམ་ཡང་མ་ལུས་པར། རྩས་པ་རྣམས་ཁྱིམ་  
མེད་ཅིང་། དཀར་སིང་རེ་བ་དྲུང་ལྟར་གྱུར་བ་དང་། ཡང་ལ་རྣམས་བསྐྱེད་པ་ལས་དྲུད་བ་  
དཀར་པོ་བྱུང་ཞིང་། ཁྱི་བཟང་གི་རད་པ་སྒོ་ཞིང་བསྐྱེད་པ་ལེ་ཐལ་མེད་པ་དང་། རྩས་  
པ་བསྐྱེད་པ་ལས་ཐལ་བ་དཀར་པོ་དཔུལ་གྱི་བྲེ་མ་ལྟ་བུར་གྱུར་བ་རྒྱུད་གིས་ནམ་མཁར་  
སྟོར་བས་ཁ་ཕྱུག་ལྟར་ནམ་མཁར་གང་བས་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་མར་བབ་པས་ཁ་བ་  
བཞག་པ་ལྟར་རྩལ་མནན་ནས་ས་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་དཀར་ལམ་མེར་གྱུར་བ་དང་། རྒྱ་མཚོ་  
དང་རྩ་པོ་ཆེན་པོ་རབ་དྲུང་སྤངས་པའི་ནང་དྲུང་ཉིད་ཞུགས་ཏེ་བཀྲམ་པས་ལུས་ཀྱི་ཁྱིམ་  
དག་ནས་དྲངས་སིང་རེ་སོང་བ་དང་། ཡང་ལུས་ལ་མི་གཅང་བ་འབྱར་བ་བཀྲམ་པ་དང་།  
ཁྱིམ་ནག་པོ་སྤྲུག་ཆ་ལྟར་འབྱར་བ་བཀྲམ་པས་དག་ནས་ལུས་དཀར་པོར་གྱུར་བ་དང་།  
ཡང་གཞན་ཞིག་གིས་བྱམ་པ་དཀར་པོ་ཐོགས་ནས་རྩ་རྒྱུན་དཀར་པོས་རང་གི་ལུས་བྱི་  
ནང་བར་གསུམ་བཀྲམ་པས་ཁྱིམ་དག་ནས་ལུས་བྱི་ནང་ཤེལ་ལྟར་གསལ་བར་གྱུར་བ་  
དང་། རས་ལ་སོགས་པའི་གོས་དཀར་པོ་ཁྱིམ་མེད་པ་གསར་བ་གྱུན་པས་རེག་བྱ་འཇམ་  
ཞིང་ཡང་བའི་རྣམ་པ་དང་ལྡན་པ་ལུས་ཤིང་བལ་ལྟར་ཡང་བ་ནམ་མཁར་འཕྱར་བ་དང་།  
རྩ་པོ་དང་རི་བྲག་ལ་མི་ཐོགས་པར་མཚོང་རྩལ་བྱེད་པ་དང་། ལུས་འོད་ཀྱི་ཕུང་པོར་རྟོགས་  
པ་དང་། ལུས་མི་སྤང་བར་སྟོང་བར་རྟོགས་པ་དང་། ལུས་ལ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་མང་པོས་  
བརྒྱན་པ་དང་། བ་སྤྱིའི་གསེབ་ནས་རྩ་རྒྱུན་དཀར་པོ་དྲུང་ལྟར་འོད་ཁྱིམ་ལྟར་བ་དང་།  
སྒྲ་དང་ཁ་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་བ་སྤྱོད་སེལ་མོ་རྣམས་དཀར་པོ་དྲུང་ལྟར་གྱུར་པ་ལས། འོད་ཟེར་དཀར་  
པོ་འབར་བས་ལུས་ཐམས་ཅད་བྱུང་བ་དང་། ལྟན་དང་རྒྱབ་ཡོལ་དཀར་པོ་རྒྱ་བ་ལྟ་བུའི་  
གདན་ལ་འདུག་པ་དང་། ཤེལ་གྱི་ཁང་བ་བཅེགས་པའི་ནང་དྲུང་འདུག་པས་ཐམས་ཅད་སྤྱི་བ་  
མེད་དུ་མཐོང་ཞིང་རང་གི་ལུས་ལ་ཡང་འོད་རླངས་ཐད་ཆགས་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཅ་ཐམས་

ཅད་གསལ་བའི་ནང་ནས་ཅའི་ཡི་གེ་དཀར་པོ་རྣམས་དཀར་ས་ལེ་བར་གསལ་བ་དང་།  
བར་སྒྲུང་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་ས་གཞི་ལ་ཡི་གེའི་ཆོགས་དཀར་པོས་གང་བ་དང་།  
སངས་རྒྱུ་གྱི་སྐུ་གཞུགས་དང་ཞིང་ཁམས་རྣམས་དངོས་སམ་ཉམས་སྒྲུང་ངམ་མི་ལམ་དུ་  
བྱུང་བ་དང་། གཞན་རྣམས་ཉམས་དང་མི་ལམ་དུ་བྱུང་ན་སྒྲིབ་པ་དག་པའི་གོ་རིམ་གྱི་ཆར་  
ཆད་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལྟ་ཉགས་ནི། རང་གི་ལུས་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཐོགས་པ་དང་། མེ་ཉིག་  
དང་སྐྱ་ཉིག་གི་ཐེང་བས་བརྒྱན་པ་དང་། རུས་པའི་རྒྱན་དང་། རྩོམ་པའི་རྒྱ་ཐོགས་ནས་  
ནམ་མཁའ་འཕྱར་བ་དང་། གཏུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་བ་དན་ལ་སོགས་པ་མཆོད་རྩལ་སྒྲ་  
ཆོགས་པ་ཐོགས་པ་དང་། རལ་གྱི་མེ་འབར་བ་མྱད་ལ་འཕྱར་བ་དང་། གྱི་གྲུག་ཐོད་ཁག་  
འཛིན་པ་དང་། ཁ་ཁྲི་ག་ཐོགས་པ་དང་། རྩང་འབྱུང་བ་དང་། ར་པོ་ཆེ་དང་། ཅང་ཉེའུ་ལ་  
སོགས་པའི་རོལ་མོ་རྣམས་བརྩམས་པས་ཤིན་ཏུ་གྲགས་པ་དང་། ཉི་ཁྲའི་གདན་ལ་འདུག་  
པ་དང་། རྣམ་མཁའ་ལ་སྒྲིན་ཐག་ཆད་ཅིང་ཉི་ཁྲ་རྒྱ་སྐར་དུས་གཅིག་ལ་གསལ་ཞིང་ནས་  
མཁའ་འོད་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྡན་གང་ནས་རོལ་མོའི་སྒྲ་རྣམས་ནམ་མཁའ་གྲགས་ཤིང་རང་ཉིད་  
ཉམས་དགའ། ཤེས་པ་གསལ་ཞིང་སང་གོ་སྒྲག་དང་། གཡུ་འབྱུག་ཁྲུང་དང་། འུ་གོད་ཞོན་  
ནས་ནམ་མཁའ་རྩལ་བ་དང་། བ་དན་དཀར་པོ་གནས་དུ་འཕྱར་ཞིང་ཁ་ཁྲི་ཐོད་ཁག་ཐོགས་  
པ་དང་། ཡེ་ཤེས་མེ་རི་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པ་ལྡེའི་དབྱུས་སུ་འཇའ་ཆོན་གྱུར་རིན་ཆེན་པོ་  
བྱང་དབྱུས་སུ་སྒྲ་ཆོགས་པ་ད་ཁྲའི་གདན་ལ་རང་ཉིད་སྒྲའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ལྟ་མོ་རྒྱན་ལྡན་  
དཔག་མེད་གྱིས་མཆོད་པ་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཐོགས་ནས་རང་ཉིད་ལ་མཆོད་པ་དང་། དེ་རྣམས་  
ཉམས་སྒྲུང་མི་ལམ་གང་དུ་བྱུང་ཡང་ལྟ་ཉགས་བྱུང་བའི་ཆར་ཆད་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཐར་ལམ་ནི། རོང་དུ་བྱུང་བ་ཐོན་ནས་སྤེང་དུ་བྱིན་པ་དང་། ལུ་པོ་ཆེན་  
པོ་བཀྲལ་ནས་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དང་། ཉི་ཁྲ་དབྱ་གཅན་གྱིས་འཛིན་པ་སོས་པ་དང་།  
བཙོན་དུ་བསྐྱས་པ་ཐར་བ་དང་། ཐག་པས་བཅིངས་པ་གྲོལ་བ་དང་། རྒྱ་ལས་ཐར་བ་དང་།

ཐུན་པའི་སྤྱིང་ནས་གསལ་བར་བྱེན་པ་དང་། རྒྱལ་ཆའ་འབྲུག་པོ་ལས་ཐར་བ་དང་།  
གངས་རིའི་མཐའ་ནས་འདྲེག་པ་ཅེ་མོར་བྱེན་པ་དང་། འདམ་རྩལ་ནག་པོར་བྱལ་བ་ནས་  
ཐོན་པ་དང་། མེའི་གོ་རར་རྒྱུད་པ་ཐར་བ་དང་། སྤྱིན་ནག་དང་ཁུ་རྒྱུད་སྤྱི་ནང་དུ་ཐིམ་པ་  
ལས་ཐར་བ་དང་། ཡུལ་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་སྤྱིང་བསམ་འདས་ལས་ཐར་ནས་རི་རབ་ལྷན་  
པོའི་སྤྱོད་ན་ཐིན་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་ཁང་བཟང་ལྷ་བཅེགས་པའི་སྐྱས་རིམ་པ་ལྷ་ལ་  
འདྲེག་པས་ཁང་པའི་ཅེ་མོར་བྱེན་པ་དང་། ཉི་ཟླ་དང་འདུག་གནས་མཉམ་པས་ཉམས་  
དགའ་བ་དང་། དེ་ནམས་ཉམས་དང་མི་ལམ་དུ་བྱུང་ན་ཐར་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆར་ཆད་ཡིན་  
ནོ། །

བཞི་པ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ནི། མི་རོ་བཟག་མདངས་དང་ལྡན་པ། ཡིད་དུ་འོང་  
བའི་ཤ་གསར་པ་ཆེའ་བྱ་དང་བཅས་པ་དྲི་མ་ཞིམ་པོ་དང་ལྡན་པའི་ཤ་མ་ལུས་པར་ཐོས་  
ཀྱང་ད་དུང་ཡང་ཆེའ་པ་མེད་པ་དང་། མགོ་བོ་སྐྱ་དང་བཅས་པའི་སྤྱད་པ་བོལ་མོ་ཁྲག་དང་  
འབྲེས་པ་ཐོས་ཀྱང་ཆེའ་པ་མེད་པ་དང་། ཐོད་རྒྱུན་ཁྲག་གིས་བཀང་བ་དང་། ཐོད་སྐྱུ་  
བདུད་ཅི་དཀར་པོ་རོ་བརྒྱ་དང་ལྡན་པས་བཀང་བ་གཞན་གྱིས་བྱེན་ཏེ་མ་ལུས་པར་བརྟུང་  
བ་དང་། ལྷའི་བདུད་ཅི་ཡིན་ཟེར་ནས་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་བྱའམ་བྱམ་པ་ནས་བྱེན་པ་བརྟུང་བ་  
དང་། དཔའ་པོ་དཔའ་མོ་ཡིན་ཟེར་ནས་མཁའ་འགྲོའི་རྒྱལ་ཅན་གྱིས་བྱང་སེམས་དཀར་  
དམར་དང་། དྲི་ཆེ་རྒྱུད་ཡིན་ཟེར་བ་བྱེན་ཏེ་རྟོག་པ་མེད་པར་ཐོས་པ་དང་། མི་རོ་མང་པོ་  
བཅེགས་པའི་སྤྱིང་དུ་ཉམ་ང་མེད་པར་འདུག་པ་དང་། རི་པོ་མཆོག་རབ་ཀྱི་ཅེར་བྱེན་ནས་  
ཁམས་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་བ་པ་མེད་པར་ས་ལེར་མཐོང་བ་དང་། བྱད་མེད་གཅེར་བྱ་  
རུས་པའི་རྒྱན་དང་ལྡན་པ་མིག་དམར་པོར་སྟོན་ནས་རྩར་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱིས་ཐོད་པའི་  
སྟོད་དུ་ཁུ་བ་རྟ་དམར་པོ་ཁོལ་ཞིང་ལྷ་བ་འཕྱར་བ་བྱེན་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་བརྟུངས་པས་  
རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་འགག་སྟེ་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་རབ་དུ་རྒྱས་པས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་

མཁུན་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་སུམ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་དང་། དེ་རྣམས་  
ཉམས་སམ་མི་ལམ་དུ་བྱུང་བ་ནི་བྱད་པར་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཆར་ཆད་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་པ་འབྲས་བུ་ནི། དངོས་གྲུབ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཆར་ཆད་དགྲུ་ལེགས་པར་རྫོགས་  
པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐ་མལ་གྱི་རྟོག་པ་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤང་ཞེན་ཐམས་ཅད་རྒྱབ་པ་དང་།  
མེད་སྤང་མེད་ཞེན་མེད་བྱར་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་རབ་ཏུ་རྒྱས་ཏེ། རྣམ་མཁའ་དྲངས་པ་  
རྟོག་ལ་ཉི་ཟླ་ཤར་པའི་དུས་སུ། སྒྲིམ་བུ་མིག་དང་ལྡན་པས་བལྟས་པས་སྒྲིབ་གཏོགས་  
མེད་པར་ཡུལ་ཀུན་གསལ་པོར་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་པ་དག་ནས་མཆོག་གི་དངོས་  
གྲུབ་ཐོབ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། རང་གི་རྒྱད་ལ་རྟོགས་པ་བྱད་པར་ཅན་སྒྲིམ་ནས་མི་ལམ་  
གསལ་ཞིང་རྫོ་བ་དང་། མངོན་ཤེས་འཆར་བ་དང་། སངས་རྒྱས་སྤྲས་བཅས་ཀྱི་ཞིང་  
ཁམས་ཁོར་ཡུག་དང་བཅས་པ་ཉམས་སམ། མི་ལམ་དུ་སྒྲ་མ་མཇལ་ཞིང་མཐོང་བ་དང་།  
སང་གའི་ཁྱི་ལ་འདུག་ཅིང་ཆོས་འཆད་པ་དང་། མཆོད་རྟེན་གྱི་ཅེ་མོར་འདུག་ཅིང་འོད་ཟེར་  
འགྲེད་པ་དང་། མེ་རྟོག་གི་བཀོད་པ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཕྱིན་པ་དང་། རང་གི་ཡི་དམ་གྱི་  
ལྟ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གསང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བཅུག་ཅིང་དབང་བཞི་རྫོགས་པར་  
བསྐྱར་བ་ནི་ཉམས་སམ་མི་ལམ་དུ་གསལ་པོར་ཐོབ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་ངག་ཡིད་  
གསུམ་ལ་རུས་པ་བྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པས། ལྟ་འདྲེ་མི་གསུམ་ཟས་ནོར་ལོངས་སྟོང་  
རྣམས་དངོས་སུ་དབང་དུ་སྦྱད་རུས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཉིན་མོ་མི་འདུས། མཆོན་མོ་འདྲེ་འདུས།  
མོ་རངས་ལྟ་འདུས། རངས་རུབ་ཏུ་ཟས་ནོར་ལོངས་སྟོང་འདུས་པ་དང་། རུས་པའི་སྟོབས་  
ཀྱིས་འདྲེ་གཏོན་ཐམས་ཅད་ཤུགས་ཀྱིས་ཐུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ལྟས་མང་པོ་  
རང་བཞིན་སྦྱུན་གྲུབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་། ཅི་བྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཆོས་དང་མཐུན་པར་སྟོང་  
པ་ནི། ཆར་ཆད་དགྲུ་པ་རྫོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་རྣམས་ལ་བཅུ་པ་  
འབྲས་བུའི་ཆར་ཆད་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །



དེ་ཡང་ཆར་ཆད་བཅུ་རང་རང་གི་སྐབས་ནས་བཤད་པ་བཞིན་གཞན་དང་མ་  
འབྲེས་པ་གསལ་པོར་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་ཉམས་བྱུང་པར་ཅན་མི་ལམ་དུ་འབྱུང་བ་གལ་ཆེ་  
ཞེས། འབྲས་བུའི་ཆར་ཆད་ཡོན་ཏན་པལ་ཆེ་བ་ནི་དངོས་སུ་འོང་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་  
ཆར་ཆད་བཅུ་རྫོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་ཆར་ཆད་འབྱུང་བའི་སྔ་ལྟས་ཡིན་ནོ། །ཆོད་ཆད་ནི་  
སྔར་བཤད་པ་བཞིན་ས་དང་པོ་འཛོལ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆར་ཆད་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་  
དགའ་བ་ལྗོངས་སེམས་སྐྱེ་བའི་ཉམས་ཤུགས་ཆོད་ཆད་མཐོང་ལམ་མི་ཐོབ་པའི་བདུད་  
བྱེད་པས་ན། ཆར་ཆད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཅི་འབྱུང་ཡང་ལྗོངས་སེམས་ཀྱི་ཞེན་འཛིན་མི་བྱེད་པར་  
བྱུང་ཆད་མི་ལམ་སྐྱེ་མ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་བླངས་ཤིང་བདེན་མེད་རང་ལ་སྦྱེམས་ཅ་ཆོད་  
པར་གྱིས་ཤིག་བྱ།

ལར་ཉོན་དང་འདིར་ཆོགས་བུ་སྟོབ་ཀྱུན། །སྟོང་དང་ཆོ་འབྲུལ་ཆར་ཆད་  
རྣམས། །རང་སྟོབ་བཏགས་པ་ཅམ་མམ་ཡེ་ནས་མེད། །ཡེ་ནས་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་  
ལ། །སྟོང་ལེན་གང་བྱུང་དེ་ཉིད་བདུད་ཡིན་པས། །ཡུལ་ལ་མ་འབྲང་སྦྱེམས་ཀྱི་ཐག་པ་  
ཆོད། །བདག་གི་བདུད་དུ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཆེ། །བདག་ཏུ་ཤེས་ན་བདག་ཏུ་འཛིན་ལས་  
ཁོ་ལ། །དེ་ཉིད་ཤེས་ན་གང་དང་གང་གི་བདུད། །གཅད་བྱ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་ནི་མིང་ཡང་  
མེད། །སྦྱེམས་བྱའི་བདུད་དང་སྦྱེམས་བྱེད་ཉིད་ཀྱི་བདུད། །སྦྱེམས་བྱེད་ཤེས་ན་སྦྱེམས་  
ཀྱིས་བྱག་མི་ཐུབ། །ང་ཡི་བདུད་རྣམས་སྦྱེམས་སུ་ཐག་བཅད་ནས། །སྦྱེམས་ཅམ་སྤང་བ་  
སྒྲིག་རྒྱུའི་ཆུ་དང་མཚུངས། །སྐྱེ་མའི་སྐྱེས་བུས་བདག་དང་གཞན་མ་ཐུབ། །ཆེ་བ་གཉིས་  
སྤང་མིག་གི་སྟོན་དང་བྲལ། །ནམ་མཁའ་མི་སྤངས་སྟོན་ཉིད་ནམ་མཁའ་ཤིང་། །ཐམས་ཅད་  
རང་སྤང་རང་ཁོལ་ཡིན་བཞིན་དུ། །རང་གིས་རང་ལ་བླང་དོར་ག་ལ་སྤི། །སྤིད་ན་བླང་བྱ་  
གང་ཡིན་དོར་བྱ་གང་། །དེས་ན་གཅེས་འཛིན་དེ་ཉིད་བདུད་ཡིན་པས། །གང་ལའང་གཅེས་  
པར་མ་འཛིན་བུ་སྟོབ་ཀྱུན། །གཅེས་འཛིན་ཁོལ་ན་གཅད་བྱ་གཅོད་བྱེད་མེད། །ཐར་པའི་  
ལམ་མཆོག་གང་ཡང་དངོས་བྱུང་མཆོག །སྤང་བུའི་བདུད་ནི་བསྐྱབ་པའི་ལྟ་དང་

མཚུངས། །མཚུངས་ཞེས་ཐ་སྟོན་ཅམ་དེ་ཡེ་ནས་མེད། །གཅིག་ལ་བསྟན་དུ་མེད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ། །རང་སྤྲེམས་ཤེས་ནས་རང་སར་སྐོལ་གྱུར་ན། །རང་གི་རང་ལ་ངོ་ཐོ་བསམ་  
བརྗོད་བྲལ། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་འཛིན་ཅད་ནས་ཆོད། །སྟོང་ཉིད་བདག་མེད་སྒྲོས་  
དང་བྲལ་བ་ལ། །མཁའ་ལྟར་དག་པ་ཆོས་ཉིད་རང་ཉིད་ལས། །མ་བཅོས་སྤྱག་པར་ཞོག་  
དང་བུ་སྟོབ་ཀྱི། །ཞེས་གསུངས། ཆོས་ཀྱི་སེང་གེས་ཁྱེས་པའི་ལེའུ་སྟེ་བདུན་པའོ། །

### ལེའུ་བརྒྱད་པ། རྗེ་བརྒྱུན་ཟིལ་གཞོན་གྱི་ཁྱེས་ལན།

ཡང་རྗེ་བརྒྱུན་ཟིལ་གཞོན་གྱིས་ཁྱེས་པ། གྱེ་གྱེ་མ་ཅིག་ལགས། དེད་ལས་དང་པོ་  
པའི་གང་ཟག་སྟོང་བ་ནམས་ཀྱི་དོན་དུ་ཆོ་འབྲུལ་སོ་སོའི་བྱི་ནང་གསང་བའི་འབྲུང་ཚུལ་  
ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་། ཟུན་མོང་བ་དང་སྤྱིའི་ཆོ་འབྲུལ་ཚུལ་ནམས་ལེགས་པར་གསུངས་པ་  
ཟུགས་ལ་འདོགས་ཁྱེས་པ་དང་། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བུ་ཉོན་དང་། འཕགས་པའི་ས་མ་  
ཐོབ་པས་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་མི་ལྡན་པས། གཞན་རྒྱུད་མཁྱེན་པའི་ཁྱེས་པ་མེད་པ་  
དང་། དམིགས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་དབང་མ་ཐོབ་པས། ལྟ་འདོད་མངོན་སུམ་དུ་  
བརྟག་པའི་ཁྱེས་པ་ནི་མེད་པའི་གང་ཟག་ལས་དང་པོ་བ། གཉན་ཁྲིད་འགྲིམ་པར་འདོད་པ་  
ནམས་ཀྱིས། མི་ལམ་གྱི་མཆོན་མ་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། དེའང་ལྟ་འདོད་སྤྱིའི་མཆོན་མ་བརྟག་  
པ་དང་ཁྱད་པར་དུ་སྟེ་བརྒྱུད་ཀྱི་མཆོན་མ་བྱེ་བྲག་དུ་བརྟག་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། ལེགས་པར་  
བཤད་ཀྱིས་ཡིད་ལ་བྱུངས། དང་པོ་པོ་གཞོན་རྒྱལ་པའི་ཆོ་འབྲུལ་བཤད།

དེ་ཡང་དུས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། ནམ་ལངས་ནས་སྤྱོད་ཉི་མ་བྱེད་བར་དང་། ཉི་ཐལ་  
སྟོད་འཁོར་བར་ལ་ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་པ་ཉིང་། ཐོ་རངས་དུས་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ཉིན་གུང་  
བྱེད་དང་ཉི་ཐལ་བར་དུ་དང་། ལྷན་མ་ཆང་ནས་ནམ་གུང་ཅུང་ཟད་ཡོལ་བ་ཚུན་ལ། ཁྱད་  
པར་ཆོ་འབྲུལ་གཏོང་བར་བཤད་པས་འདི་ལྟར་འབྲུང་། ལྟ་ཁང་ལོགས་རིས་དང་། ལྟ་

གཞུགས་ལུགས་ལ་སོགས་ཀྱི་རྟེན་སྣ་ཚོགས་པ་དང་། མཆོད་ཆ་དཀོར་ཆ་མང་པོས་  
ལེགས་པར་བརྒྱན་པ་རྒྱ་ལེབས་དང་། བྱ་འདབ་སྟོན་པོ་ལྷུང་པོ་ལྷུང་པོ་དང་། གསེར་འཕྱ་  
གསེར་བྱ་ཚུ་སྟོན་སེལྟོས་བརྒྱན་པ་དང་། མཆོད་རྟེན་སྣ་པོ་དང་། བྱིས་སྐྱ་ཅན་དང་།  
གསེར་ཁང་དང་། དཔུལ་ཁང་། གཡུ་ཁང་། ཟངས་ཀྱི་ཁང་པ་དང་། མཆོང་གི་ཁང་པ་དང་།  
ཤེལ་ཀྱི་ཁང་པ་དང་། རྩ་རུའི་ཁང་པ་རྣམས་ནི་བྱ་འདབ་རྟོག་དང་བཅས་པའམ་བརྒྱ་དང་  
ལུ་རྟིག་གི་སྤོང་བས་བརྒྱན་པ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་བང་རིམ་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་།  
བང་རིམ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མི་འཆོམ་པ་སྣ་ཚོགས་པ་ཡོད་པ་དང་། གཞུགས་ཡོད་པ་  
དང་། མེད་པ་དང་། ལུས་པ་ཡོད་པ་དང་། མེད་པའི་རང་བཞིན་བང་རིམ་ཁྲིག་ཁྲིག་ཡོད་པ་  
ལ་སོགས་པ་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་དང་། ཁང་པ་རྣམས་ལ་ཡང་བྱིས་སྐྱ་ཡོད་པ་  
དང་། མེད་པ་དང་། མདངས་གསལ་བ་དང་། མི་གསལ་བ་དང་། བྱ་འདབ་གཅིག་པ་དང་།  
གཉིས་གསུམ་བཞི་ལྔ་དྲུག་བདུན་བརྒྱད་དགུ་བརྩ་ལ་སོགས་པ་བཅེགས་མ་དང་། བྱ་  
འདབ་མེད་པ་ལ་གསེར་འཕྱ་དང་ལྷུང་པོ་དང་ལྷུང་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། བྱ་  
འདབ་ཡོད་པ་ལ་གསེར་འཕྱ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་  
ལ། ས་དང་། རྩོ་དང་། ཤིང་དང་། རྩ་ལས་བྱས་པའི་ཁང་པ་རྣམས་ལ། གསེར། དཔུལ།  
གཡུ། ཟངས། མཆོང་། ཤེལ། རྩ་རུ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་འདབ་དང་། འཕྱ་དང་། བྱ་འདབ་མེད་  
ཡུང་འཕྱ་དང་། ལྟོ་བྱས་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་ཁང་པ་རྣམས་ལ་ཡང་། ས་དང་། རྩོ་དང་།  
ཤིང་དང་རྩའི་བྱ་འདབ་དང་། དེའི་འཕྱ་དང་། བྱ་འདབ་མེད་ཡུང་ལྟོ་དང་འཕྱ་བྱས་པ་ལ་  
སོགས་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཁང་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་འབག་སྐྱ་དང་།  
ལྷགས་སྐྱ་དང་། བྱིས་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་ཁ་དོག་དང་རྣམ་འགྱུར་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་  
དང་། ཁང་པ་དང་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱས་པའི་བྲེའམ། དམ་བེ་ལ་སོགས་པའི་དཀོར་ཆ་  
སྣ་ཚོགས་པ་དང་། ཆ་ལང་དང་དུང་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་ཆ་སྣ་ཚོགས་པ་དང་། འཕན་  
གཞུགས་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་རྩས་སྣ་ཚོགས་པ་དང་། དར་ཟབ་ཁ་དོག་སྣ་

ཆོགས་པ་དང་། ཆོས་གོས་སྒྲིམ་སྒྲུར། ཞུ་ཐེབ་པོ་ཉི་དང་། དེ་རྒྱུ་མཉམ་ཁང་པའི་ནང་དུ་ཡོད་  
པ་དང་། བྱ་འདབ་དང་པད་འདབ་གི་སྒོ་སྒྲོར་བྱེད་པ་དང་། རང་བཞིན་གི་ཐད་དུ་  
ཡོད་པའི་ཁང་པ་དང་བཅས་པ་རྒྱུ་མཉམ་ནི་གསུང་པ་དང་། རྩེ་ཐད་གོག་པ་དང་། ལིན་ཏུ་  
གོག་པ་དང་ལྷུ་ལ་པོ་རེད་པ་རྒྱུ་མཉམ་ནི། མང་པོ་ཁྱིམ་ཁྱིམ་པ་དང་རེ་རེ་དང་། རྩེ་རེ་རེ་ཅམ་  
ཡོད་པའི་སར་བྱིན་ནས་ཁང་པ་ལ་འཛེག་པ་དང་། རང་དུ་བྱིན་པ་དང་། བསྐྱོར་བ་དང་།  
ཡིད་ཆགས་པའི་གཞིགས་མོ་བྱས་པ་དང་། རང་ནས་བྱིར་བུད་ས་མ་རྟེན་པ་དང་། སྟེང་དུ་  
བྱིན་ནས་མར་མ་ཐར་བ་དང་། མང་པོ་འགྲིམས་པས་གྲོང་ལས་མ་ཐར་བ་དང་། མཆོད་ཆ་  
དགོར་ཆ་སེར་ཆས་སྒྲུ་གཞུགས་མང་པོའི་དཀྱིལ་དུ་བྱིན་ནས་བདག་ཏུ་བཟུང་བ་དང་། རེ་  
རེ་བཞིན་ཁུར་བ་དང་། ཉར་ཆགས་བྱས་པ་དང་། ཡང་བཅུན་པ་ཆས་བཟང་མང་པོས་ཐལ་  
འགྱུར་བྱེད་ཅིང་བྱུ་མ་ཐལ་ཆོད་པ་དང་། བཞུ་ཆེན་ཆེན་པོ་འཕམ། མིའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཟེར་བའི་  
སེར་ཆས་ཅན། ཞུ་ཐེབ་དང་གསེར་གི་གཞུགས་བསྐྱོར་བ་དང་། ཟ་ལོག་གི་རྩལ་བ་དང་།  
མཐིང་གོས་ལ་སོགས་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པ་མང་པོ་བྱིན་ནས་གསེར་དཔུལ་གི་ཁྱི་ལ་ཟ་ལོག་  
སྒྲ་ཆོགས་པའི་གོས་སྒྲུན་དང་། སྒྲིན་གཟར་དང་། བྱང་ཡུག་ཡིང་ཆེ་མའི་གདན་ལ་  
བཞུགས་ཤིང་། དར་སྒྲ་ཆོགས་པའི་སྒྲ་བྲེ་དང་། འཕྱར་མ་ཕུབ་པ། གསེར་དཔུལ་དང་རིན་  
པོ་ཆའི་དགོར་ཆ་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་། ཞལ་བྱ་དང་སྟེར་ལ་སོགས་པའི་དགོར་ཆ་མང་པོ་  
ཡོད་པ་དང་། འབྲས་རྒྱན་དང་ནས་ལ་སོགས་པའི་ཆང་མང་པོས་ཐངས་གང་བ་མང་པོ་  
དང་། གསོལ་ཇ་བའི་བཅུན་ཤར་ཆས་བཟང་མང་པོ་དང་། བཅུན་མ་ཆས་བཟང་པོ་རྒྱན་  
དང་ལྷན་པ་ནི། གཡུ་ཁྱིའི་སྟེང་དུ་བྱར་འདུག་པ་དང་བཅས་པ་ནི། གཙུག་ལག་ཁང་དུ་  
འདུག་པ་དང་། སེའྲེ་ལ་ཞོན་པའི་ཆོགས་དང་། ཏྲ་ཞོན་པའི་ཆོགས་དང་། སྒྲང་པོ་ཆེ་ཞོན་  
པའི་ཆོགས་དང་། ལིང་ཏྲ་ཞོན་པའི་ཆོགས་དང་བཅས་པའི་རང་ཉིད་བྱིན་ནས་བྱག་  
འཆལ་བ་དང་། ཆོས་ཞུས་ནས་མོས་གུས་བྱས་པ་དང་། བསྐྱོར་བ་བྱས་པ་དང་། ཁྱིའི་ཟེལ་  
གིས་རང་ཞོན་ནས་རྩེ་ཐད་འཛེགས་པ་དང་། བྱག་འཆལ་བ་ལ་སོགས་པ་མ་བྱས་ཀྱང་

ཁོའི་གྲོགས་དན་བྱས་པ་འཕམ། ཆོས་ཀྱི་བཟོ་སྒྲིང་ལ་སོགས་པ་ལ་བསྟན་ནས་ཁོ་མ་དད་མ་  
དུང་ཞིང་ཚོད་པ་ནམས་ནི་ནང་གི་སྟོང་ཉགས་ཡིན། གཏིང་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱལ་པ་ཐུན་ཆེགས་པ་ནི་འདི་འདྲ་འོང་། བྱ་ཆུང་གཤེར་བྱ་མང་པོ་  
དང་། རས་གོས་ཅན་དང་། སྒྲག་གྲུ་ཅན་དང་། སེར་ཆས་ཅན་དང་། རལ་བྱ་ཅན་དང་། ཅེ་  
བའི་ནང་དུ་འདུག་པ། མ་སྤྲོན་ཅིང་སྤྲོ་མེད་པ་ཆུང་བ་ནས། ལོ་ལྷ་མན་གྱི་གྲིས་པ་ནམས་ཅེ་  
བ་དང་། སང་དུ་སྒྲང་བ་དང་། རྒྱབ་ཏུ་ཁུར་བ་དང་། འགྲོ་རོགས་བྱས་པ་དང་། བྱ་ཆུང་ལ་  
རང་ཉིད་ཆགས་པ་དང་། སེ་རྒྱེ་དང་། སྒྲང་པོ་ཆེ་དང་། སྤྲུའུ་དང་། ར་དང་། བྲི་དཀར་པོ་  
དང་། ཁ་པོ་དང་། སྤེ་པོ་དང་། ཉ་དཀར་དང་། ར་མོང་དང་། གྱི་བ་དཀར་ནག་ཆེན་པོ་དང་།  
ཅེ་སྤྲང་དང་། རང་པ་དང་། དུར་པ་དང་། ཁྲག་ཉ་ཁ་མོ་དང་། སྤེ་མོང་སོགས་དང་། དེ་  
ནམས་ཀྱི་མང་པོའི་ཁྱུར་གནས་པ་དང་། རེ་རེ་དང་། ཟུང་དུ་གནས་པ་ནམས་ལ་རང་གིས་  
ཉར་ཆགས་བྱས་པ་དང་། རང་ལ་ཚུར་ཕྱོད་ནས་མ་འདུམ་པ་དང་། དེ་ནམས་ལ་རང་ཡིད་  
ཆགས་པ་འོང་བ་སོགས་ནི་ཕྱིའི་ཉགས་ཡིན་ནོ། །

ཡང་གསང་བའི་ཉགས་ནི་ཆུ་བྱ་བ་དམར་པོ་རབ་ཏུ་འཁྲུག་ཅིང་འཕྱར་བ་དང་། ཆུ་  
དམར་དལ་མས་ས་ཁྲོན་ཐམས་ཅད་ཁེབས་ཤིང་འགོ་བ་དང་། རི་ལུང་མང་པོ་དུས་གཅིག་  
ལ་ཤུ་རྒྱད་མང་པོ་འོང་ཞིང་། ཆུ་སྤྲ་ལུར་ལུར་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་དང་། དེ་ནམས་ཀྱི་ནང་དུ་  
རང་ཉིད་བྱིང་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་བྲེད་ནས་ཡང་བ་དང་། ཆུ་རྒྱབས་པོག་ལ་ཁད་བ་  
དང་། ཆུ་དེ་བཀྲལ་དགོས་སྟུང་པའི་སྤྲག་སྤངས་དང་། ཆུ་དེས་སེམས་ཅན་དང་ཤིང་རྩོལ་  
སོགས་མང་པོ་བྲིར་བ་ལ་སྤྲོང་བ་ཅེ་ཤོར་བ་དང་། ཆུང་དམར་འཕྲུབ་མས་རི་སྤྲང་ཐམས་  
ཅད་གང་ནས་ས་ཆར་རྩོལ་གཡོ་བའི་ནང་དུ། རང་ཉིད་གཡེང་བ་དང་། སྤྲོན་དམར་ནམ་  
མཁའ་གང་བ་རྒྱང་གིས་གཡོས་ནས་ལང་ལོང་བྱས་ནས་རང་གི་སྤྲང་བ་མི་བདེ་བ་དང་། རི་  
སྤྲང་ལ་མེ་མཆེད་ཅིང་རང་ཡང་ཆེག་ལ་ཁད་བ་དང་། ནམ་མཁའ་ལ་འོད་དཀར་པོ་སྤྲ་སྤྲག་  
ཙམ་ཞིག་ཡིང་ཡིང་རང་ལ་འཁོར་བ་དང་། ཆུང་དམར་ཁམ་པ་དང་འོད་ཀྱི་ནང་དུ་རང་ཉིད་

ཐེག་པ་སོགས་ནི་གསང་བའི་ལྟ་བུ་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱལ་པོའི་ཆོ་འཕྲུལ་ལྟར་  
ཆད་དམ། རྒྱལ་པོའི་སྒྲ་གནས་ཞེས་བའམ། མཆོན་མ་ཞེས་བ་ནི། རྒྱལ་པོའི་བྱིན་གསང་  
གསུམ་གྱི་རང་མཆོན་སྟོན་བ་དེ་ནམས་ཡིད་ལ་འཇགས་བར་གྱིས་ལ་ཉམས་ལེན་ལ་  
གཙུན་བ་གལ་ཆེ་བ་མན་ངག་དམ་བ་ཡིན།

དེ་ཡང་ནང་གི་མཚན་མ་དང་། གསང་བའི་མཚན་མ་དང་སྟོང་སྟབ་པའི་གང་ཟག་  
 བྱི་དགའ་ལ། ཕྱིའི་མཚན་མ་སྤྲ་ཆོགས་ནམས་སྟོང་བར་ངེས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་གང་ཟག་  
 གང་ཡིན་པ་དེས་གཞན་གང་གི་མཚན་མ་དང་འདྲེས་པ་ངས་བཤད་པ་བཞིན་གཅིག་  
 ལེགས་པོར་ངོས་ཟེན་དགོས་སོ། །ངོས་མ་ཟེན་ན་རྒྱལ་པོ་གཙུག་པའི་ཐབས་ཐལ་བས།  
 ལེགས་པར་མ་ཡངས་མ་རྟོར་བར་བྱོས་ལ་ཁོ་གཟེར་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་གཙུག་ན། ནང་  
 དང་གསང་བ་གཉིས་ཀྱང་རིམ་གྱིས་སྟོང་ནས་འོང་བས། ཕྱིའི་ཆོ་འཕྲུལ་ཆུང་ཡང་སྟོད་པར་  
 མི་བྱ་བ་ནི། རྒྱལ་པོ་གཙུག་པའི་མན་ངག་ཡིན་ནོ། །

ད་ནི་མ་མེད་མཆོན་མ་བཤད་ཀྱིས་ལེགས་པར་ཉན་ལ་ཡིད་ལ་བྱངས་ཤིག །དེ་  
ལང་ཕྱི་ནང་གསང་བ་གསུམ་སྟེ། དང་པོ་སྤྱི་མཆོན་མ་ནི་འདི་ལྟར་ཏེ། སྤང་གི་མང་པོ་དུ་  
འཕོད་བྱེད་ཅིང་རང་ལ་ཆོལ་བ་དང་། རེ་རེ་དང་ནི་ལ་བྱང་གིས་རྒྱག་འདུར་བྱེད་པ་དང་།  
ཅེད་མོ་ཅེ་བ་དང་། རང་གར་འགོ་བཤེས་སུ་འབྱང་བ་དང་། སྟོན་དུ་འགོ་བ་དང་། རེད་  
མོང་ཁམ་པས་ང་རོ་འདོན་ཞིང་འཛིགས་ཆུལ་སྟོན་པ་དང་། བག་ནག་མང་པོས་དུར་སྐྱ་  
སྟོག་ཅིང་མཆོང་བ་དང་། སྟེ་མོང་མང་པོ་ཅེད་མོ་ཁྲོལ་བ་དང་། བྱེད་མོད་མོད་པ་མང་པོ་ཉ་  
ར་བྱས་པ་དང་། མོ་གོས་རྒྱན་ཅན་མང་པོ་ཉ་ར་བྱས་པ་དང་། ལྷལ་མ་ཁ་དོག་སྐྱ་ཆོགས་པ་  
དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་འཕང་ཆ་དང་། བག་ཆས་རྣམས་ཉ་ར་བྱས་པ་དང་། བྱ་མོ་ནག་མོ་དང་།  
སྟེག་པ་དང་། འཛོལ་མོ་རྣམས་འཕྱར་སྤྱིང་བྱེད་པ་དང་། ཆང་བཅའ་བ་རང་གིས་མཐོང་  
ནས་ཉ་ར་བྱས་པ་དང་། བོང་བྱ་མང་པོ་དུ་འཕོད་བྱེད་ཅིང་སུ་མདར་རྒྱག་པ་དང་། ཞ་བ་ལུ་  
མོ་མང་པོ་འཆོགས་ནས་བྱོ་བརྟུངས་པ་དང་། བྱད་མེད་མདོག་ངན་མི་སྤྱག་པའི་གཟུགས་

ཅན་སྣ་ཆོགས་པ་ཁོ་ཞིང་སྤྲེལ་བ་མང་པོ་བྱེད་པ་དང་། རེས་འགའ་བྱུང་མེད་གཟུགས་མངོས་  
རྒྱན་ཅན་ཡིད་འོང་མང་འཕྲོད་སྤྲེལ་ནས་ཆགས་པ་སྤྱོད་འདོད་བྱེད་པ་དང་། རེས་འགའ་མ་  
དང་སྤྱིང་མོར་སྤྲེལ་ནས་བཅེ་གཏུང་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་ཕྱི་ལོ་སྤྱོད་ཏུགས་ཡིན་ནོ། །

ནང་ཏུགས་ནི། བྱུང་མེད་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་ཤིང་མི་སྤྲུག་ཅིང་ཡང་བའི་གཟུགས་  
ཅན། སྤྲེལ་གཟེངས་ཤིང་མཆེ་བ་གཏུགས་ཤིང་ཁ་ནས་སིད་སྤྲེལ་འདོན་པ་དང་གཅེར་བྱར་རོ་  
ཐལ་གྱིས་ལུས་བྱུག་ཅིང་། ཁྲག་གི་ཐིག་ལེ་དམར་ཆ་ལེ་བ་བཟ་བ། སྤྲུག་སྤྲུགས་དང་། རྟེན་  
སྤྲུགས་གྱིས་ཤུལ་ཐབས་དགྱིས་བ་དང་། མི་སྤྲུགས་གྱིས་སྟེང་ཆིངས་བྱས་བ་དང་། གྱིས་  
བའི་གཡང་གཞི་སྤྲུག་ལ་གཟར་ཞིང་། སྤྲེལ་ནས་པོས་ཡན་ལག་བཅིངས་པ། ལག་ན་ཁུ་  
ཤིང་དང་། རྟེན་རྒྱལ་དང་། མཆོན་གྱི་བྱ་བྱ་སྟོང་མར་དང་། རྒྱ་མའི་ཞགས་པ་དང་། འོད་  
གྱི་ཞགས་པ་ནག་པོ་དང་། མིའི་ཕགས་པ་དང་། སྤྱིན་བྱའི་ལག་པ་ཐོགས་ནས་འཛིགས་  
རྒྱལ་སྣ་ཆོགས་སྟོན་པ་དང་། རེས་འགའ་སྤྱང་ཀིར་ཞོན་པ་དང་། སྤྲུག་དང་། གཟིག་དང་།  
འཕར་བ་དང་། ཅེ་སྤྱང་། རྟེན་མོང་དང་། སྤྱི་མོ་དང་། མོང་ཅེ་དང་། བག་ཁྱོད་དང་། བོང་བྱ་  
ལ་ཞོན་པ་དང་། དུག་སྤྲེལ་དང་། རྒྱ་སྤྱིན་དང་། བྱར་བྱ་ཀང་ཀ་ནག་པོ་མཆུ་རིང་དང་།  
རྒྱང་ནག་འཆུབ་མ་དང་། འོད་ནག་པོ་དང་། སྤྱིན་ནག་པོ་དང་། སྤྱིན་ནག་པོ་ལ་ཞོན་པ་དང་།  
རེས་འགའ་བྱུང་མེད་གཟུགས་ཤིན་ཏུ་མངོས་པ་འོད་ཆེན་པོ་འཕར་ཞིང་སྤྲེལ་བའི་དབྱངས་  
ལེགས་པ། གོས་ཁ་དོག་སྣ་ཆོགས་པ་འཛའི་རྣམ་པ་དང་མཆུངས་པ་གསེར་གཡུ་གཟི་  
དབྱལ་དང་བྱ་བྱ་དང་བྱེད་པའི་སྤྲེལ་པོ་སྤྲེལ་བའི་རྒྱན་ནི་མེ་ཉོག་ལྟར་ཤིན་ཏུ་བཟ་བ། དུང་དང་  
སྤྱི་ཉོག་གི་རྒྱན་པོ་དང་། སྤྱིང་བ་དང་། རོ་ཤལ་དང་། མེ་ཉོག་སྣ་ཆོགས་པས་བརྒྱན་པ་  
དང་། དར་ཐབ་སྣ་ཆོགས་པའི་གོས་དང་ཕྱར་མ་སྤྲུགས་པ་དང་། ལག་ན་མེ་མོང་དང་། ཐི་  
མང་དང་། སྤྱིང་བྱ་དང་། ཐངས་གྱི་པར་བྱ་ཐོགས་པ་དང་། རེས་འགའ་ཤ་བ་ལུ་མོ་དང་།  
སྤྱི་བ་དང་། ཁྱོ་བ་དང་། རེ་མོང་དང་། རྟེན་སྤྲེལ་ལ་ཞོན་པ་དང་། རེས་འགའ་དུར་ཁྱོད་གྱི་  
རོ་གསར་རྟེན་དང་། ཀེང་རུས་དང་། བྱ་གཅན་གཟན་གྱིས་གང་བར་འདུག་པ་དང་། ས་

གཞི་ཁྲག་གིས་སྤྲུགས་ཤིང་། དམར་སིང་བའི་སར་འདུག་པ་དང་། མཐིང་གི་གྱར་ནང་དུ་  
འདུག་པ་དང་། འཇའ་འོད་ཀྱི་གྱར་ནང་དུ་འདུག་པ་དང་། མི་སྤྲུགས་དང་། ལྷག་སྤྲུགས་ཀྱི་  
གྱར་ནང་དུ་འདུག་པ་དང་། དར་དང་ཟ་འོག་གི་གྱར་ནང་དུ་འདུག་པ་དང་། རྩོན་ཤིང་མང་  
པོ་འབྲིགས་པའི་ཆལ་དུ་འདུག་པ་དང་། སྤྱིན་དང་ན་བུན་གྱི་ནང་དུ་འདུག་པ་དང་། རྣམས་  
ཀྱིས་རེས་འགའ་ནི་རང་ལ་འཛིགས་ཚུལ་སྟོན་པ་དང་། ལ་ལས་རང་ལ་གྲུས་པའི་ཚུལ་  
དང་། ལ་ལས་ནི་ཆགས་པའི་ཚུལ་དང་། ལ་ལས་ནི་ཁྲོད་ཀྱི་གྲོགས་བྱེད་ཟེར་བ་དང་། ལ་  
ལས་ནི་ཟས་དང་ཁོར་སྟེར་བར་བྱེད་ཟེར་བ་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་མ་མི་འབྲ་བ་སྣ་ཆོགས་  
པ་ཞིག་སྟོན་པ་དང་། གཞན་ཡང་གཟུགས་མི་འབྲ་བ་དང་། བཞོན་པ་མི་འབྲ་བ་དང་། གོས་  
དང་རྒྱན་མི་འབྲ་བ་དང་། བྱག་མཆོན་མི་འབྲ་བ་དང་། འདུག་སའི་གནས་མི་འབྲ་བ་དང་།  
ཁ་དོག་མི་འབྲ་བ་ལ་སོགས་པ་བཟང་ངན་གྱིས་ལྷས་སྣ་ཆོགས་པ་ཞིག་སྟོན་པ་འོང་བ་ནི་  
རང་གི་ཆེ་ལམ་ལ་གང་བྱུང་བ་དེ། ལེགས་པར་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་གཟིར་བས་དེ་ཉིད་དུ་  
གྱུར་ནས་འགོ་བ་ཡིན་པ་ནི། མོ་འབྲེའི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན་པ་དང་། མ་འགྱུར་ནས་མལ་དུ་  
བསྐྱད་ན་ལྷ་རྟགས་ཡིན་ཡང་མིད་པས། ཆོ་འཕྲུལ་གང་ཡིན་ཡང་ངོས་ཟིན་པར་བྱོས་ལ་  
ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་པས་ལེགས་པར་གཟིར་བར་བྱའོ། །དེ་རྣམས་ནི་ནང་རྟགས་ཡིན་  
པ་དང་། གཉིང་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །

གསང་བའི་རྟགས་ནི། འཇའ་ཆོན་སྣ་ལྷས་རང་ཉིད་གཡོགས་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་  
གང་བ་དང་། རྒྱང་འཚུབ་སྟོ་དམར་གྱིས་རང་ཉིད་གཡོགས་པ་དང་། བར་སྣང་གང་བ་དང་།  
འཚུབ་མ་དམར་ནག་གིས་རང་ཉིད་གཡེང་ཞིང་རི་ལུང་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་གང་བ་དང་།  
ཤིང་ལོ་མང་པོ་ལུབ་ཆེན་པོ་ལྟར་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱང་གིས་ཁྲིར་བའི་ནང་དུ་རང་བྱིན་པ་དང་།  
འོད་ཁ་དོག་སྣ་ཆོགས་པ་མེ་ལྷེ་ལྟར་འབར་བ་དང་། མཆོ་ལྟར་འབྲིལ་བ་དང་། སྟོག་ལྟར་  
འབྲུག་པ་དང་། སྤེང་ལྟར་བྲེས་པ་དང་། གཞན་ཡང་གཡུ་ཆེན་པོ་མདོག་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
ཞིང་འོད་འབར་བ་ལུག་གི་མཆོན་པ་དང་མཁའ་མའི་བར་གྱི་ཆེ་ཆུང་གི་རིམ་པ་དང་། ལྷ་བྱ་



མདོག་བཟང་བ་ལྷག་གི་མགོ་པོ་ཅམ་ནས་མིའི་ལག་མགོ་ཅམ་གྱི་བར་དང་། གཟེ་ནག་ཁ་  
ཁྱ་གང་ཅམ་ནས་སྤར་འཆང་གང་ཡན་ཆད་དེ་རྣམས་ནི་ས་ལས་གཏེར་དུ་རྟེན་བའམ། བར་  
མཛོད་དམ་སྒྲིམ་བྱ་དང་། གདན་ལ་བཀོད་བ་དང་། རང་བཞིན་རེ་རེ་དང་། ཡ་བྱང་དང་  
ཐེང་བ་ལྟར་རྒྱས་པ་སོགས་རང་གིས་ཉ་ར་བྱས་བ་དང་། མཐོང་བ་རྣམས་ནི་གསང་བའི་  
སྟོང་རྟགས་ཡིན་བ་དང་། གཞན་དང་མ་འདྲེས་མ་ལོར་བར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། ཤེས་རབ་  
རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྡན་པའི་ལས་ཅན་ཁྱོད་ལེགས་པར་ཉོན་དང་། བདུད་ཀྱི་སྟོང་རྟགས་འདི་  
འབྲེལ། །མི་ནི་ཁ་དོག་ནག་པོ་སོལ་བས་བྱུག་བ་དང་འབྲ་བ་གཅེར་བྱའམ། ཡང་ན་གོས་  
ནག་པོ་གྲོན་པ་ལག་ན་རེ་བའི་བ་དན་འཕྱར་བ། ཉ་ནག་པོ་རྩ་མ་རྩོག་མ་གཟེངས་ཤིང་རྣ་བ་  
ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་ནང་དུ་དུ་བ་ལྟ་བུའི་རྒྱངས་བ་སྡོ་བྱ་བྱ་ལོང་བ་དང་། ཁྱི་ནག་པོ་ཁ་  
གདངས་ཤིང་མཆེ་བ་གཅིགས་ནས་ལྷེ་དམར་ལྟ་བུ་བྱེད་པས་ར་རོ་འདོན་བ་དང་། རྩ་  
ནག་གཤོག་པ་ཤིན་ཏུ་རིང་ཞིང་། མཆུ་དང་སྤྲེར་མོ་སྤྲོན་པོ་ཤིན་ཏུ་རིང་ཞིང་རྩོ་བ། ཀན་སྐྱ་  
ཐག་ཐག་བཟབ་ཅིང་། འཕྱར་འཛོལ་བྱེད་བ་དང་། དོམ་ནག་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་པ་ཁ་གདངས་  
ནས་ར་རོ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཅིང་སྤུམ་བ་དང་། གཡག་ནག་རྩ་ལ་མེ་འབར་ཞིང་རར་ཆོ་ཆེན་པོ་  
བྱེད་ཅིང་རྩ་མ་རབ་ཏུ་འཆུ་བས་ནས་མིག་པས་ས་སྐོ་བ་དང་། ཡང་མི་ནག་པོ་འཛིགས་སུ་  
བྱང་བ་དང་། དར་ནག་གི་རལ་ག་གོན་ནས་སྟག་སྟགས་ཀྱི་ཆ་ལྷགས་བྱས་ཤིང་། སྐྱ་གྲོན་  
དུ་གཟེངས་པ། ཁ་ནས་དབྱགས་མེ་སྟེ་ལྟར་དམར་ལྟ་བུ་བྱེད་བ་དང་། ལག་ན་ཁུམ་  
ཤིང་དང་ཅིས་ཀྱི་བྱང་བྱ་དང་། མདུང་ནག་པོ་ཅེ་གསུམ་བ་དང་། ཅིས་ཀྱི་རྟེན་དཀར་ནག་  
དང་། ཞགས་པ་ནག་པོ་ཐོགས་བ་དང་། མདའ་གཞུ་ལག་ཏུ་འགོངས་ཤིང་སྟེད་དུ་ཐོགས་བ་  
དང་། ཉ་དང་གཡག་རྟོད་ལ་ཞོན་ནས་འཛིགས་ཚུལ་སྟོན་བ་དང་། ཡང་མི་ལ་ལ་ནི་དོམ་གྱི་  
བགས་པས་སྟོད་གཡོག་བྱས་ཤིང་སྟག་གི་བགས་པས་སྟེད་དཀྱིས་བྱས་བ་དང་། ལ་ལ་ནི་  
མིའི་གཡང་གཞི་གོས་སུ་གྲོན་བ་དང་། ལ་ལ་ནི་གཅེར་བྱ་མིའི་རྒྱ་མའི་དོ་ཤལ་བྱས་ཤིང་།  
མི་མགོ་རྒྱོན་བ་སྐྱ་དང་བཅས་པ་ལག་ཏུ་ཐོགས་པ་ལ་སོགས་པ་མི་འབྲ་བའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོ་

ཆོག་པ་ཞིག་སྟོན་པ་རྣམས་ནི། འཛིག་པ་ཡི་འཕྲུག་པའི་སྟོན་པ་ནག་པོ་  
འཛིག་པ་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དང་། གཤམ་གྱི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་ལ། རྟེན་པ་ནག་  
པོ་འཕྲུག་སྟོན་པ་ཞིག་རྣམས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཡིན་པ་ནི། མང་པོ་དང་རེ་རེ་དང་། ཟུང་རེ་ཅམ་  
ཡང་སྟོན་པ་ས་པའི་པ་མེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་ལྷན་པོ་གང་ས་ལས་འདས་པའི་  
གསེབ་ཏུ་རང་བྱེད་ནས་འཛིག་པ་ཡི་སྒྲགས་ནས་བྱེད་པའི་མཛེས་པ་དང་། རེ་ནག་པོ་ཞིག་  
ཏུ་མཐོ་བ་སྟོན་པ་སྒྲགས་པ་སྒྲ་ཆེ་བའི་པོས་སྟོན་པ་སྟོན་པ་སྟོན་པ་དང་། བན་ཚུན་གར་སོང་  
ཡང་ཟད་མ་སྟུབ་པ་དེ་རྣམས་ནི་ནང་གི་བདུན་གཉིད་ནས་སྟོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་འཕྲུག་ནང་གི་  
སྟོང་ཉག་གི་མཚན་མ་ཁྱད་པར་ཅན་མ་ཡིན་པས་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་ཨང་།

བྱེད་ཉག་ནི། མི་ནག །སྒྲིག་ནག །བྱེད་ནག །རྟེན་ནག །གཡག་ནག །དོམ་ནག །སྒྱུར་  
ཀ་ནག་པོ་མཚུངས་སྟེར་མོ་དམར་པོ་ཅན་དང་། ཉོབ་ཉི་དང་། བྱ་རོག་དང་། དེ་རྣམས་ནི་ད་  
ལྟ་རང་རེའི་འདི་ན་ཡོད་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཡིན་པས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ལ་སྒྲོལ་ཚུལ་སྟོན་  
པ་དང་། རང་གི་སྟོན་ཚུབ་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་། རང་དེ་དག་གི་ནང་དུ་བྱེད་པ་དང་། གཞན་  
ཡང་ཞུ་ནག་གོས་ནག་གྲོན་པ་དང་། ཉ་ར་བྱས་པ་དང་། སྒྲ་ནག་པོ་དང་། ཁང་སྟོང་ནག་  
ཏུང་རེ་བའི་ནང་དུ་བྱེད་པ་དང་། ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་ལ་ཟམ་པ་སྒྲ་བ་ཡོད་པ་ལ་རང་ཉིད་སོང་ནས་  
མ་ཐར་ཅིང་ལྷུང་ལ་ཁད་པ་དང་། རྒྱག་ནག་འཛིག་པ་དང་། རྩ་རེ་ནག་པོ་གཡག་ལྷུ་  
འགྲོགས་པ་དང་འབྲུག་པ་དང་ཐང་ནག་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་བྱེད་པ་དང་། ལུང་པ་ནག་པོ་སིང་  
རེ་བའི་ནང་དུ་བྱེད་པ་དང་། དེ་རྣམས་ནི་ད་ལྟ་རང་པོས་པའི་རང་ཁ་མ་འདི་འབྲུག་པ་རྣམས་ཡིན་  
པ་ཡང་ཉག་པ་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ལ། མི་ཉག་ཅིང་རེ་རེ་ཡང་མི་འབྲུག་པ་མང་པོར་འབྱུར་བ་ཡིན་  
པས། མང་པོ་དང་རེ་རེ་དང་ཡ་བྱུང་ཅམ་དང་། གངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལའང་མི་འབྲུག་པ་དུ་མ་  
ཞིག་ཡོད་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནི། བྱེད་སྟོང་ཉག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་མང་པོ་དང་རེ་རེ་  
དང་། བན་ནི་བྱེད་ནི་རབ་བེ་རིབ་བེ་མ་ཡིན་པ་པའི་པ་ཅན་སིང་རེ་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་  
ཡིན་ནོ། །

གསང་བའི་རྟགས་ནི། འོད་ནག་པོའི་ནང་དུ་རང་ཉིད་ཐེམ་བཤམ། རང་གི་ཡན་  
ལག་བཅིངས་པའི་རྣམ་པ་དང་། འདོམ་པ་ལྷ་དུག་གི་བར་མཐོང་བ་དང་། ལུན་པ་ནག་པོའི་  
སྒྲིང་དུ་སྤྱོན་པ་དང་། འགྲོ་ས་མ་མཐོང་བ་དང་། རྒྱུད་ནག་འཚུབ་མའི་ནང་དུ་རང་ཉིད་  
གཡེངས་ནས་སྤངས་པ་དང་། འབྲུགས་ཤིང་གང་ཞུས་ཆེན་པོས་འདར་བ་དང་། སྤྱིན་ནག་  
པོ་དང་ན་བྱན་ནག་པོ་གཡོ་ཞིང་འཕྱར་བའི་ནང་དུ་ཐེམ་བཤམ་དང་། སྤྱིན་དང་ན་བྱན་བར་སྤང་  
ན་འཁོལ་བ་རང་གི་སྟེང་དུ་འོང་ལ་ཁད་སྒྲུམ་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། བདུད་ཀྱི་ཁྲམ་ཤིང་  
ཡིན་ཟེར་བའི་ཤིང་ཤིང་ལས་བྱས་པ་བཞིན་ཀྱི་ནག་ལྷང་དེ་བ་བརྒྱད་ཞོག་གི་རྣམ་པ་ཅན་བྱ་  
ག་མང་པོ་ཡོད་པ་རང་གི་ལྷས་ཆད་གཉིས་ཅམ་ཀྱི་རིང་སྤང་དང་ལྷན་པ་ཞིག་རང་གི་གཉའ་  
བར་འགལ་དགོས་པ་དང་། ཡང་གྲུ་མོར་འཆང་དགོས་པས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། རོར་དུ་  
མི་ཐོད་སྒྲུམ་པ་འོང་བ་རྣམས་ནི་གསང་བའི་ལྟོང་རྟགས་ཡིན་པས་མ་ཞོར་བར་བྱེད་དགོས་  
སོ། །

དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ནི་ཁྲམ་ཐོག་བདུད་ཀྱི་ཆོ་འབྲུལ་ཡིན་ནོ་ཡིད་ལ་བྱུངས། ད་  
ཡང་བཅན་སྟོང་བའི་རྟགས་ལ་ཡང་གསུམ་སྟེ། ལེགས་པར་ཉོན་དང་བྱེད་སྟོང་རྟགས་འདི་  
འབྲ་འོང་། མི་དམར་རྟ་དམར་སྐྱུ་མི་དམར་པོ་མང་པོ་འཆོལ་བ་དང་། རང་བཞིན་འགྲོ་  
འདུག་བྱེད་པ་དང་། རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་དང་། རང་གིས་ཁོའི་རོགས་དན་བྱེད་པ་དང་།  
གཞན་ཡང་བྱི་དམར་པོ་རྩ་དམར་པོས་བརྒྱན་པ་དང་། སྤྱང་གི་དང་། འཕར་བ་དང་། ལྷ་  
དང་། སྤྱུ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ལ་རྒྱོལ་བ་དང་། རང་ལ་འཁོར་བ་དང་། བྱ་པོ་  
མཆོལ་ལུ་དང་། ལུག་པ་དང་། ལུ་བྱུག་ལུག་ཆུང་རྣམས་རང་གིས་ཉར་ཆགས་བྱས་པ་དང་  
གོས་གསར་པ་དམར་པོ་དང་། དར་ཟབ་དམར་པོ་དང་། བཙོད་སྒྲིགས་རྣམས་ཉར་བྱས་པ་  
དང་། གཞན་ཀྱིས་སྟེར་བ་དང་། རང་བཞིན་བདག་མེད་མང་པོ་མཐོང་བ་རྣམས་ནི་བྱེད་  
སྟོང་རྟགས་ཡིན་ནོ། །

ནང་གི་མཆོན་མ་ནི། གཞུགས་དང་དབྱིབས་མེད་ཀྱི་མ་པ་རྩ་བ་བཞིན་ཡིན་ཡང་། གཞུག་པའི་ཆོ་འབྲུལ་ཆེན་པོའི་ཟེལ་གྱིས་འཛིགས་ཤིང་ཡང་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་། མདའ་གཞུ་དང་། མདུང་དང་། ཞགས་པ་དམར་པོ་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཆ་ཆོགས་པ་ཐོགས་ནས། དར་ཐབ་ཀྱི་གོས་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པའམ། དེས་འགའ་སྟག་ལ་སོགས་པའི་གཅན་གཅན་སྒྲ་ཆོགས་པའི་གོས་སམ། ར་ལུག་གི་བགས་པའམ། བེལ་ཆུང་གི་བགས་པ་དང་། ལྷ་སྤྱོད་དང་འབྲུག་གི་བགས་པ་ལ་སོགས་པ་གོས་ཀྱི་བྱང་པར་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་གོན་པ་དང་། ལ་བ་དུ་ཅེ་དམར་ཟེང་དེ་བ་བཞོན་པ་དང་། རྒྱུང་དང་། ཉ་དང་། ཉྩ་དང་། ལ་ལ་རྒྱམས་ཀྱི་གོང་མེད་སྒྲུལ་ལས་བྱས་པ། མེད་པགས་པས་སྒྲ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སྒྲུལ་པ་རྒྱམས་ཀྱི་ཞོན་པ་དང་། ཀླ་སྒྲ་དང་། སྒྲ་ཀླ་འདྲེས་པའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་རྒྱམས་ལ་སྒྲིག་འོད་དམར་ལྷག་ལྷག་འཕྲོ་བའི་རྒྱམས་པ་ཅན་དང་། གཞན་ཡང་གོང་ཁྲིར་དམར་པོ་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་ཤིང་ཡང་བའི་ནང་དུ་བྱིན་པ་རྒྱམས་ནི་ནང་གི་མཆོན་མ་ཞེས་པའམ། གཉིང་ལྗོང་བའི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །

ཡང་གསང་བའི་ལྗོང་རྟགས་ནི། ལྷ་དམར་པོ་ཆེན་པོས་རི་ལུང་གང་བ་དང་། རི་ལུང་ཐམས་ཅད་དམར་དུང་དེ་ཡོད་པ་ལ། ལྗོང་དམར་པོ་འཁྲིགས་པ་དང་། སྤྱོད་དམར་པོ་རྒྱུད་གིས་གཡོ་བ་དང་། འོད་ཟེར་དམར་པོ་སྒྲིག་ཞགས་ལྟར་ནས་མཁར་འབྲུ་བ་དང་། ལྷ་དམར་འཕྲོ་བ་མས་རི་ལུང་ཐམས་ཅད་གང་ནས་ལུང་སྒྲ་ཆེན་པོ་གཡོ་བ་དང་། འག་དམར་ཆེན་པོ་འབར་བའི་རྒྱམས་པ་ཅན་ཟེང་དེ་ཡོད་པ་དང་། གོང་བྱ་དམར་སིང་དེ་བ་མང་པོ་འཁྲིགས་པ་དང་། རི་དམར་ཟེང་དེ་བ་དང་། རྩ་དམར་ཁོབས་སེ་བ་དང་། ས་རལ་དམར་ལྟ་བུ་བེ་དང་། མཆོ་དམར་ཉིང་དེ་བ་དང་། མདའ་མཆོལ་མ་མང་པོ་དང་། དེ་རྒྱམས་རང་རང་ལ་འོད་དང་འཛིགས་པའི་ཟེལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་རྩར་རང་བྱིན་པ་དང་། ལྷ་དུ་བྱིན་པ་དང་། རྒྱུང་ནས་མཐོང་བ་དང་། དེ་རྒྱམས་ལ་སེམས་ཆགས་པ་དང་། མཐོང་ནས་སྒྲིག་པ་དང་། མདའ་བསྐྱུས་པ་རྒྱམས་ནི་གསང་བའི་ལྗོང་ཆད་ཡིན་ནོ། །སྒྲོ་ལ་འཇགས་པར་གྱིས།

ཡང་འོག་གདོན་ལ་འདི་འདྲ་འོང་བ་ཡིན་གྱིས་ཉོན་དང་། སྤྲོམ་སྤྲིག་ནག་པོ་དང་།  
གྲོག་མ་དང་། སྦྲར་བ་དང་། སྦྲུ་མེ་འདྲ་བ་རྣམས་ནི་ཆར་དུ་བབས་པས་ས་  
ཁྱོན་གང་བ་དང་། རང་གི་ལུས་ལ་འབྱར་བའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆད་ནི་ཁྲུ་མིག་འབྱེད་མ་  
ཐག་པ་ཙམ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་ཤིན་ཏུ་གང་ལ་གཤེར་བའི་རྣམ་པ་ཙན་ཡིན་པས། རང་གིས་  
མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་མི་བདེ་ཞིང་རབ་ཏུ་སྤྲག་གོ། །ཡང་སྤྲུལ་པ་དང་། སྤྲིག་པ་དང་། ཉ་  
དང་། སྦྲོང་མོ་དང་། སྦྲར་ཆེན་དང་། རྩ་སྤྲོན་དང་། རྩང་པག་རྣམས་ནི་སྦྲང་ཤད་ཀྱི་ཆད་  
ཙམ་གྱིས་ཁ་གདངས་ནས་ཟ་ཚུལ་སྟོན་པ་དང་། སྤྲུལ་དང་གཤེར་གང་དུ་འང་ཐམས་ཅད་  
འདུས་ནས་ཀི་ཤར་བྱེད་ཅིང་འཛིང་མོ་བྱེད་པ་དང་། རེ་རེ་བྱང་རེ་གང་གི་ལུས་ལ་ན་བྱུན་  
འབྲུལ་ཞིང་ཟེལ་བ་ཅུང་ཟད་ཆགས་པ་དང་། རང་གིས་མཐོང་བ་ཙམ་སེམས་འཁྲུག་ཅིང་  
ཡིད་སྤྲུག་ལ་ཤ་སྤྲིད་པ་འོང་བ་དང་། ཡང་སྤྲུལ་ནག་པོ། དམར་པོ། སེར་པོ། ལྗང་ཁྲ། ཁ་  
པོ། དཀར་པོ། དམར་ཁ། སེར་ཁ། སྟོ་ཁ་རྣམས་ནི་ཤིང་ཆེན་པོ་ལ་ལོ་འདབ་རྒྱས་པ་བཞིན་  
ལ། རིང་བྱང་གི་ཆད་ནི་གཞུ་འདོམ་ལྷ་བཅུ་ཙམ་རེ་ཡོད་པ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱིས་མཁར་  
བཅིགས་པ་དང་། རྩ་དང་སྤྲུལ་གང་ཡིན་ལ་གནས་ཏེ་སྤྲོགས་གཅིག་ཏུ་གཤེབ་པ་དང་།  
རང་ཉིད་ཉལ་དུ་ཡོད་པའི་ལུས་ལ་དུག་རྒྱངས་པ་ལ་ལ་ཁོལ་ཞིང་། ཟེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ལ།  
མེ་འབར་བའི་རྣམ་པ་དང་། ཁ་མིག་ནས་ནད་སྤྲ་ཆོགས་པའི་རྣམ་པ་ཁ་དོག་སྤྲ་ཆོགས་  
འཕྱར་ཞིང་ཟེལ་བ་ལྟར་ཟེ་མི་མི་གཞུ་འདོམ་བརྒྱའི་བར་ལ་འོང་བས། རང་གིས་མཐོང་བ་  
ཙམ་གྱིས་ཡང་བ་དང་། བ་སྤྲ་གཟེང་ཞིང་དབང་པོ་སྤྲན་ནས་ལུས་སྤྲོས་ཏེ་འགོ་བ་ཁོའི་  
གྲིབ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་བྱ་ཅུང་ལོ་བརྒྱད་པའི་ན་ཆོད་ཙམ་གྱི་རུ་མ་མན་ཆད་སྤྲུལ་དུ་འདུག་ཅིང་། སྤྲི་  
པོར་སྤྲུལ་མགོའི་གདངས་ཀ་མང་པོ་འབར་བ་ལ་ནད་སྤྲ་དམར་འཕྱར་བ། སྤྲུལ་མཐུག་ལ་  
དུག་རྒྱངས་དང་ན་བྱུན་ཁོལ་བ། ལུས་སྟོན་ལ་ཡང་སྤྲི་བྱན་བྲུལ་བ་རྣམས་ནི། རྩ་སྤྲོང་ཆེན་  
པོ་མིག་གིས་མི་ཚོན་པའི་ནང་དུ། རེས་ལུས་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། རེས་སྤྲུལ་མཐུག་དང་བཙས་

བ་ཆུང་སྟེང་དུ་ཐོན་ནས་འདུག་པ་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོག་པ་མང་པོ་མཐོང་བ་ནི་གཏིང་ལྷོང་  
བའམ། བྱ་གྲོལ་ཉག་པ་ཡིན་ནོ། །

ཕྱི་ལྷོང་ཉག་པ་ནི་སྟེང་དང་སྟེང་པ། ཐོག་མ། སྒྲ་པ། ཉ་ཁུ་མ། སྒྲ་པ། ཉ་  
ལྷོང་ནམས་ནི་ད་ལྟ་དངོས་སུ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་མིས་བ་དང་། གཞན་ཡང་མཛོད་དང་། བ་  
ཡང་གི་ཆོག་པ་མང་པོ་འདུས་བ་དང་། དེ་དག་གྲང་རེ་རེ་དང་ཟུང་རེ་དང་། བྱ་བར་དུ་  
མཛོད་ཁམ་བ་དང་། སྒྲ་པ་སྟེང་རིས་ཅན་དང་། དེ་ནམས་ཀྱིས་རང་ལ་བརྟུང་ཆུང་སྟེང་བ་  
དང་། དེ་ནམས་ཀྱིས་རང་ལ་འདུད་བ་དང་། རང་གིས་ཉ་ར་བྱས་བ་དང་། རང་གིས་ཉ་ར་  
བྱེད་དགོས་རེད་བ་དང་། དཔེ་མཛོད་ཡོང་གསུམ་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་པོ་མང་པོས་རང་ལ་སྟོང་  
བ་དང་། ཉལ་ཉལ་མང་པོའི་ནང་དུ་རང་བྱིན་བ་དང་། སྒྲ་པ་འདེབས་བ་དང་། ལམ་དུ་འགྲོ་  
བ་དང་། རུ་སྒྲ་པ་མང་པོར་སྟོད་བ་དང་། སྒྲུལ་དུ་འདུག་པ་དང་ཁལ་འགེལ་བ་དང་། ཁལ་  
འཕོག་ཅིང་ཡོངས་སྟོད་བྱེད་བ་དང་། དེ་ནམས་རང་དང་མ་འདུམ་ཞིང་ཚོད་བ་དང་། རང་  
དེའི་ནང་དུ་བྱིན་བ་དང་། རང་གིས་ཉ་ར་ཆགས་རོགས་དན་བྱས་བ་དང་། མི་ནོར་དང་། ཁྱི་  
ཉ་ལུག་གསུམ་གང་ཡང་མེད་པའི་སྒྲ་སྟོང་བ་དང་བེལ་བ་ཆགས་པའི་རུ་སྒྲ་པ་དང་། སྒྲ་རེ་  
རེ་དང་ཟུང་རེ་དང་དེ་ནི་ཕྱི་ལྷོང་ཉག་པ་ཡིན། སྒྲ་སྟོང་ལ་བེལ་བ་མེད་ན་བདུད་ཀྱི་ཉག་པ་  
ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

གསང་བ་ལ་མཆོ་ཆེན་པོ་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོག་པ་སྒྲ་པ་ཕྱང་བུ་འབྱུང་བ་དང་།  
རྩིང་ཞེས་པ་སྟོན་ཤིང་ལ་སོགས་པས་བསྟོར་བ་ཡང་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོག་པ་མེ་རེ་རེ་འགྲུལ་  
བ་དང་། ལུ་མིག་མང་པོ་ཡང་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོག་པ་པའི་མགོ་འབྲུད་བ་དང་། ཉིང་འབྲུད་ནས་  
འབྲེལ་བ་དང་། བསྟོལ་ནས་ཆལ་ཆེལ་དུ་ཡོད་བ་དང་། ལུ་སྒྲ་པ་ཆེན་པོ་ཡང་ཁ་དོག་སྒྲ་  
ཆོག་པ་ཆལ་ཆེལ་དུ་འབྲེལ་བ་དང་། དུམ་བུ་དུམ་བུར་བསྟོར་བ་དང་། མཆོ་ལྟར་མེ་རེ་  
རེ་བྱེད་པ་ནམས་ལ་ཆུ་ཞེང་མིག་རྒྱང་ཅམ་བ་རེ་ནམས་ལ་འོད་འབར་ཞིང་སྒྲ་པ་འཇའ་  
ཆོན་ལྟར་འབྲེགས་པའི་ནང་དུ་རང་བྱིན་ནས་ལུ་ལ་བྱིང་བ་དང་། རེས་ན་བྱན་དང་འོད་དུ་

ཐེམ་པ་དང་། དེས་བར་བར་དུ་བྱིན་ནས་བྱིར་འབུད་ས་མ་རྟེན་པ་དང་། དེས་རྒྱུད་ལྷན་མཐོང་  
བ་ལ་ཡིད་ཆགས་པའམ། མི་བདེ་བ་དང་། དབང་པོ་སྤྲོས་པ་འོང་། ཡང་རང་བཞིན་གྱི་ན་  
བུན་སྤྱིན་དང་། རྒྱུད་ས་པ་རྣམས་ཁ་དོག་སྤྲོ་ཆོགས་པ་གཉིབས་པ་ལ་ཐེམ་པ་བབས་པས་  
ས་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཤེར་ནས་ཐེམ་པ་སྤྲོས་མེ་བའི་ནང་དུ། རང་བྱིན་ནས་གཤེར་བ་  
དང་ན་བུན་གྱིས་གཡོགས་ནས་གར་ཡང་འགྲོ་ས་མ་མཐོང་བ་དང་། ཡང་འོད་ཁ་དོག་སྤྲོ་  
ཆོགས་པས་རང་གི་ཡན་ལག་བཅེངས་ནས་འགྲོ་མི་ཤེས་པ་དང་། ཡང་འཆུབ་མ་ལྟ་བུའི་  
འོད་ཁ་དོག་སྤྲོ་ཆོགས་པའི་སྤྲིག་རྒྱུ་ལྟར་མེར་མེར་བྱེད་པའི་ས་གཞི་གར་བའི་ནང་དུ་རང་  
ཉིད་བྱིང་བ་དེ་རྣམས་ནི་གསང་བའི་ལྷོང་ཉགས་ཡིན་ནོ། །

ཡང་མཆོལ་སོགས་པའི་རྣམས་དང་། ན་བུན་སྤྱིན་དང་རྒྱུད་ས་པ་རྣམས་ཁ་དོག་  
དང་རྒྱུད་ས་པ་མེད་པ་དང་། ད་ལྟའི་རང་ག་མ་འདི་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་བྱིའི་ཉགས་ཡིན་ནོ། །ལྟ་  
གདོན་གྱི་མཆོན་མ་གཅིག་དུ་བྲིལ་ནས་བཤད་པ་ལ་གྲུས་པས་ཉོན་དང་འདི་འདྲ་འོང་བ་  
ཡིན་པས། ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག །མི་དཀར་པོ་དུང་བྱིས་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱིན་མ་སྤྲོན་པོ་སྤྲོ་དཀར་  
པོ་སྤྲོ་པོར་ཐོར་ཆུགས་སུ་བཅེངས་པ། དར་དཀར་པོ། དམར་པོ། སྤོན་པོ། སེར་པོ། ལྗང་  
གྲུ། ལེ་བཀན་སོགས་ཁ་དོག་འདྲ་བའི་གོས་སྤྲོ་རེ་རེའམ། ཁ་དོག་བྱུང་རེ། འཁོར་ཐམས་  
ཅད་གྱིས་སྟོད་གཡོག་གམ། སྤྲད་དགྱིས་སམ། ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའི་རྣམ་པ་གྲོན་པ། ལག་  
ན་འབྲུལ་གྱི་ཆགས་ཤིང་དང་། དུང་དང་སྤྱིང་བུ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་ཆ་སྤྲད་མེད་པ་བསྐྱམས་  
པའམ། ཡང་ན་གཡམ་དར་དཀར་པོ་དང་། མེ་འོང་དང་དུང་གི་སྤྱིང་བ་བསྐྱམས་ནས། ས་  
ལ་མ་རེག་པ་ཅམ་དུ་འགྲོ་བ་མང་པོ་དང་། རེ་རེ་དང་བྱུང་རེ་ཅམ་རང་གིས་མཐོང་ནས་  
དགའ་བ་དང་། སེམས་གཡེངས་ནས་ཁོའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་འདོད་པ་དང་། རང་གི་ཡི་དམ་གྱི་  
ལྟ་ཡིན་ནོ་སྤྲོས་ནས་དད་པ་སྤྲེལ་པ་དང་། རང་གི་ལུས་ནམ་མཁར་གཡེང་བ་རྣམས་འབྱུང་  
ངོ། །

ཡང་ལྷ་གཡག་དཀར་པོ་རྩ་དཀར་པོ་ལས་འོད་དཀར་པོ་འཕྲོ་ཞིང་རྩ་མ་འཕྲུབ་  
ཅིང་རྩ་འདེབས་པ་དང་། ཉ་དཀར་པོ་རྩོག་མ་དང་རྩ་མ་སྒྲིན་པོ་གཟེང་བ་མང་པོ་འཕྲུབ། རེ་རེ་  
བར་སྒྲིང་ལ་འོང་བ་དང་། ཡང་སྒྲིན་དཀར་པོ་གིན་ཏུ་གསལ་པོ་དེ་ལ་མགོ་ན་ཐུབ་ཅན་  
ལངས་པ་ལྟར་མང་པོ་ནམ་མཁའ་ལས་ཡོང་བ་དང་། འོད་དཀར་པོ་ཨ་ལོང་བཞིན་མང་པོ་  
ནམ་མཁའ་ཡོད་པ་དང་། རི་པོའི་ཅིར་བྲག་དཀར་མདུང་གི་ཅེ་ལྟར་དང་ཟེང་རེ་བ་ཡོད་པ་  
དང་། ཡང་ས་ཡངས་པ་ཅན་དུ་གྱུར་དཀར་པོ་ཆེན་པོའི་སྟེང་དུ་གཅིག་གམ་མང་པོ་འཕྲུབ།  
དཀར་དམར་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ཐ་ཆག་གི་བ་མང་པོ་འཕྲུགས་པ་དང་། བྱ་དཀར་པོ་  
ཐུང་ཐུང་དང་འདྲ་བ་ཆེན་པོ་ཐོར་ཅོག་ཅན་མང་པོ་གཤིབ་པ་དང་། ཡ་བྱང་དང་རེ་རེ་རྒྱམས་  
འཕྱར་མྱིང་བྱེད་པ་དང་། ནམ་མཁའ་ནས་ལྷག་མང་པོ་ས་ལ་བབས་ནས་དཀར་ལེབ་ལེབ་  
དང་། བྱ་གོད་ཐང་དཀར་རྒྱམས་བྲག་དཀར་ལ་ཅེ་བ་དང་། ཐང་དང་རི་ལ་བབས་པ་དང་།  
ནམ་མཁའ་མྱིང་བ་དང་། དེ་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་ལའང་མང་པོ་དང་། ཡ་བྱང་ཅམ་དང་། རེ་  
རེ་དང་། གང་ལའང་ཡིད་ཆགས་པ་དང་། དེ་རྒྱམས་རང་གིས་ཉ་ར་བྱས་པ་དང་། རེས་  
འགའ་རང་དང་འཁོན་པ་དང་། རེས་འགའ་དེ་རྒྱམས་རང་ལ་ཚུར་འདུད་པ་དང་། དེ་རྒྱམས་  
ནི་ལྷའི་གདོན་གྱི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན་པས་མ་བརྟེན་པར་ཡིད་ལ་བྱངས་ཤིག་སྐལ་བ་ཅན། ཡང་  
སྟེང་གདོན་ར་ཏུ་ལ་ནི་འདི་འདྲ་ཡིན་པོ་ཡིད་ལ་བྱངས་ཤིག་ཨང་།

སྐལ་པའི་ལྷས་ལ་མའི་མགོ་བོ་ཅན། མཐུག་མ་སྐྱལ་དུ་ཡོད་པ་ཡིན། དེའང་མགོ་  
བོ་གཅིག་ལ་ཁ་མིག་དགུ་ཡོད་ཅིང་། སྐ་ནི་ཁ་མིག་རྒྱམས་ཀྱི་བར་བར་དུ་སྐྱལ་བདུན་བདུན་  
གཙུག་པའི་ཆུན་པོ་བྲག་པར་སྟེབ་པ་དང་། ན་བ་ནི་ཁ་མིག་དགུ་ལ་རེ་རེ་སྟེ་ཅེ་སྐྱུང་གི་ན་  
བ་དང་མཚུངས་པའི་ན་བ་དགུ་དང་། གདོང་བ་དགུ་ལའང་མིག་རེ་རེ་སྟེ་མིག་དགུ་དང་།  
ཡན་ལག་གི་སྐྱ་རེ་རེ་དང་། ཁོག་པའི་གནས་མིག་རྒྱམས་སྐྱའང་མིག་རེ་རེ་དང་། སེན་མོ་  
རྒྱམས་ནི་བྱ་ཆེན་པོའི་སེན་མོ་དང་འདྲ་ལ་སྐྱེ་བོར་བྱ་ཆེན་པོའི་གཤོག་རིང་གི་མགོ་བོ་ནག་  
པོ་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་མཚུ་སྟེང་ཅན། ཁ་ནས་སྟོག་དམར་ལྷག་ལྷག་བྱེད་ཅིང་། མིག་ནས་མེ་



སྟག་མགར་པའི་ཆ་ཆ་ལྟར་དམར་ཕྱང་ཕྱང་འཕྲོ་བ་དང་། ལུས་ཐམས་ཅད་རྒྱུག་གི་དྲུང་  
པའི་མདོག་ལྟར་གསལ་ཞིང་སྤྲིབ་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ནང་ཟངས་ཐལ་དུ་གསལ་བ་  
ལས་ཆ་ཆ་འཕྲོ་ཞིང་སྤྲིར་ན་བྱུན་ལྟར་རྒྱངས་པ་པ་ལ་ལ་བྱེད་ཅིང་། རྒྱུད་གིས་གཡོ་བ་དང་།  
ལག་ན་སྟོག་གི་ཞགས་པ་དང་། གནམ་ལྷགས་ཀྱི་ཐོང་བཤོལ་ལམ། ཡང་ན་མེ་ཐབ་གྲུ་  
གསལ་བ་དང་། བད་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱལ་བའམ། ཡང་ན་རྩ་སྤྱིན་གྱི་ཞགས་པ་མེ་རབ་དུ་  
འབར་བ་དང་། རྟེགས་པ་གཅོད་པའི་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་མདའ་གཞུའམ། ཡང་ན་ཁོ་རྩ་ཁོས་  
མའི་ཕྱར་པ་བྱར་གསལ་བ་དང་། འོད་ཀྱི་ཞགས་པ་དམར་ནག་ཆ་ཆ་ཁོལ་བ་བསྐྱམས་  
ནས། འབྲུག་ཐོད་སྟོན་པའི་གཉའ་བར་འདྲེགས་ནས་འདྲེགས་པའི་རྩལ་དུ་འདུག་ཅིང་།  
གདུག་པའི་རྒྱང་ནག་ལ་གནས་སམ། སྤྱིན་ཁམ་ནག་ལ་བསྟེན་ནས། སྟོག་གམ། འོད་ཀྱི་  
འཁོར་ལའི་རྩ་ཞོན་ནས་འདྲེག་ཏེན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གཞོད་པ་སྤྲེལ་བའི་སྤྲུལ་པ་གངས་  
ལས་འདས་པ་འགྲེད་པ་དང་། དེས་འགའ་ཅེས་ཕྱར་གི་གཞུགས་དང་འབྲུ་བ་ལས་ཁ་ནས་  
དབྱགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཁོ་རྩ་ཁོས་མ་སྤྱིན་ནག་ལྟར་བྱུ་བྱུ་བྱུང་བས། མགོའི་སྒྲིམ་ཐིང་དང་  
བཅས་པ་གཡོག་ཅིང་མི་མདོན་པར་གྱུར་པ་དང་། མཐུག་མ་རྩ་སྤྱིན་གྱི་རྩན་ལྟར་གཉེར་  
མའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་ཆ་ཆ་འཕྲོ་བའི་མེ་དབྱང་རབ་དུ་འབར་བ་གསལ་ཞིང་། ཆ་རེག་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་རྣམ་པ་ཅན། ཤིན་ཏུ་གཡོ་བའི་ཕྱར་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་འབར་བའི་མེ་ལྷེས་སྤྱི་  
མིག་མན་ཆད་ཁེབས་པ། ལུས་ནི་དྲུང་པ་ལྟར་སྤྲར་བཞིན་གསལ་བ་རྒྱུད་གིས་གཡོས་  
པས་ན་བྱུན་ས་པས་ན་བྱུན་ཁོལ་བའི་གདུག་པ་ཅན་ནས། དེས་འགའ་མའི་གཞུགས་ལ་  
འོད་རབ་དུ་འབར་ཞིང་། དབང་པོའི་སྟོན་རྣམས་དང་། བ་སྤྲེལ་བྱ་ག་ཐམས་ཅད་ནས་འོད་སྟོ་  
དམར་སོགས་ཁ་དོག་མི་འབྲུ་བ་མདའི་ཤུགས་ལྟར་ཤིང་ར་ར་རབ་དུ་མང་པོ་འཕྲོ་བ་དང་དེས་  
འགའ་བན་དེ་དང་། བོན་པོ་དང་། སྤགས་པ་དང་། སྤྲེལ་པ་དང་། བྱེད་མེད་དང་། བཙུན་མ་  
དང་། བྱ་རྒྱུང་དང་། གཞན་ཡང་འཕྲོ་བའི་གཞུགས་གང་ཡིན་པ་དང་། མི་འབྲུ་བ་སྣ་ཆོགས་  
པ་ཅི་འབྲུ་བ་མཐོང་ན་ཡང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ལ་འོད་ཁ་དོག་མང་པོ་འཕྲོ་བ་དང་། མེ་ལྷེ་

ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་འབར་བ་དང་། མེ་ལྷ་ག་ཆ་ཆ་འཕྲོ་བ་དང་། བ་ཁུན་ཅུང་ཟད་འཕུལ་ཞིང་རྒྱུད་གིས་  
གཡོ་བ་དང་། ལྷ་ས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་སྤྱི་བ་མེད་ཞིན་ཏུ་གསལ་བ་ནི་བྱང་སྟོང་ཡིན་ལ། རང་གི་  
ལྷ་ས་ལ་ཡང་ཆ་ཆ་དང་། རང་བཞིན་དུ་ཆ་ལམ་ལམ་བྱེད་པ་དང་། འདར་བ་དང་། ལྷེ་  
བསྐྱམས་ནས་གཏམ་མི་ཤེས་པ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཟང་ཟང་འོང་བ་དང་། དབང་པོ་མེད་  
པར་ནག་ཐོམ་ཐོམ་བྱེད་པ་དང་། ཡན་ལག་རེངས་པ་དང་། འཁུམ་པ་དང་། བགས་པ་སྐྱ་  
ཐག་ཐག་བསྐྱས་པ་དང་། སྐད་དཀྱིལ་དུ་ཆ་དམ་དམ་བྱེད་པ་དང་། ལྷ་ས་རང་བཞིན་ཆ་  
སྤྱིད་ཆེལ་ཆེལ་བྱེད་པ་དང་། ལྷ་ས་ཁོལ་ཞིང་མེ་དབྱུང་བརྒྱབ་པ་ལྟར་ཆ་ལོང་ལོང་བྱེད་པ་  
དང་། ཆ་དཀྱུས་ཕྱོག་མ་རྒྱག་པ་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། ཁོང་པའི་ནང་དུ་མེ་འབར་བ་ལྟར་ཆ་ལུ་  
ལུ་བྱེད་པ་ནམས་ནི་བྱང་སྟོང་གི་ལྷ་ས་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ནམ་མཁའ་མེས་གང་བ་དང་། རྣམ་མཁའ་ནམ་འོད་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་  
མང་པོ་མདའ་ཅམ་ཆར་བཞིན་དུ་འབབ་བ་དང་། འོད་ཕུབ་ཅམ་མང་པོ་འཁོར་བ་དང་། ག་  
ས་དེ་ལས་ཞིབ་བ་རྒྱུད་གིས་སྒྲིབ་ཅིང་། ཁ་ཚུབ་ཚུབ་བྱེད་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་འཕྲོ་བ་  
དང་། ཉི་ཟླའི་ཐེར་གྱིས་རང་གཡོག་བ་དང་། ཟླ་བ་སྐར་མ་ས་ལ་སྒྱུར་བ་དང་། བར་སྒྲུང་དུ་  
ཆལ་ཆོལ་དུ་བྱེད་བ་དང་། རི་ཕུང་དང་། ས་གཞི་དང་། ཁང་ཁྱིམ་དང་། གང་དུ་ཡིན་ཡང་  
འོད་དང་ཆད་བ་ཆེན་པོ་འཕྲོ་ནས་རང་འདུག་མི་བཟོད་བ་དང་། ཚུ་པོ་གང་དུ་སྒྲུང་ཡང་ཁོལ་  
ཞིང་འབྱུར་ནས་ཚུའི་རྒྱངས་བ་མེའི་རང་བཞིན་ཅན་ནམ་མཁའ་མཆེད་ཅིང་གཡོས་བས་  
རང་ཡང་ཆོག་ལ་ཁད་སྒྲུམ་བ་སོགས་དེ་ནམས་རབ་རིབ་མ་ཡིན་པའི་མི་ལས་དུ་གསལ་པོ་  
སྒྱུར་བ་ནམས་ནི། དང་སྟོང་གཟའི་ཆོ་འབྱུལ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་གཤེན་རྗེའི་མཆེན་མའི་སྱི་  
རྟགས་ལ་འདི་འདྲ་འོང་བ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་མ་གཡེང་ཉོན་དང་ངས་བཤད་དོ། །

མི་རི་བསྐྱེག་པ་དང་། བཅེགས་པ་དང་། ཁལ་མ་མང་པོ་ལ་བཀལ་ནས་དེད་པ་  
དང་། གཅལ་ཏུ་བགམ་པའི་གསར་ཉིད་དང་། ཉེ་མང་པོ་བསྐྱེག་པ་དང་། གཅལ་ཏུ་  
བགམ་པ་དང་། བཤའ་གཏུབ་བྱེད་པ་དང་། གཅན་གཟན་མང་པོས་ཟ་བ་དང་། ཀྱང་རྩས་

མང་པོ་མཐོང་བ་དང་། འབྲེལ་མ་དང་། ཡན་ལག་འཐོར་བ་དང་། ས་གཞི་ཐམས་ཅད་མི་  
ལྷགས་ཏེ་ལྷགས་ཀྱིས་གང་བ་དང་མགོ་པོ་གསར་རྟེན་མང་པོས་གང་བ་དང་། བྲག་རི་  
དང་། རྩ་རི་དང་། རི་པོ་དང་། ལྷག་ལྷང་རེ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་བྱིན་ནས་བྲེད་ཅིང་འཛིགས་  
ཁུམ་ཁུམ་བྱས་ནས་ཡ་ང་ཆེན་པོ་སྤྲེས་བ་སོགས་ནི། བྱིའི་ལྷོང་རྟགས་ཡིན་ནོ། །

ནང་གི་ལྷོང་རྟགས་ནི་མིའི་ལུས་ཁ་དྲོག་སྤྲོ་ཆོགས་པའམ། དཀར་པོ། དམར་པོ།  
སེར་པོ། འག་པོ། ལྷག་པོ། སྟོན་པོ། ལྷང་གུ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་མི་ཅམ་པའམ། དེ་ཉིས་འཕྱར་  
སུམ་འཕྱར་བཞི་འཕྱར་གྱི་ཆེ་བ་རྣམས་ནི། ལྷག་གཟིག་དོམ་བྲེད་སེའྲེ་སྤང་ལ་སོགས་བ་  
དྲུད་འབྲེའི་མགོ་བརྟན་ཅན། འཛིགས་སུ་བྱང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལག་ན་མཆོན་ཆ་སྤྲོ་ཆོགས་  
བ་སོགས་ནས་འཛིགས་པའི་སྤྲོ་ཆེན་པོ་སྤྲེས་བ་མཆེ་བ་གཅིགས་ཤིང་ཀན་སྤྲོ་རྒྱུ་དེ་བ་ཅིང་  
མིའི་སྤྲོ་སྤྲེད་གསར་བ་ཟ་བ། ལུས་ལ་མི་ལྷགས་ཏེ་ལྷགས་སམ། གཅན་གཟན་ལྷགས་བ་  
ཆོན་བས་སྟོད་སྟོད་རེ་རེ་དཀྱིས་བ། ཡང་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་ལྷགས་ཁུམ་ཐར་ལེགས་པར་  
བྱས་བ་ལྷ་བྱའི་སྟེང་དུ། ལྷགས་མཁར་གྱུ་བཞི་བ་རང་རེའི་མཁར་ཅམ་པའམ། རྒྱ་དང་  
དཔངས་སུ་མིག་རྒྱང་གང་ཅམ་ཡོད་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་འཁྲིགས་པའམ། ཡ་བྱང་ཅམ་  
ཡོད་སར་རང་བྱིན་ནས་འཛིགས་ཤིང་བྲེད་ཅིང་བ་སྤྲོ་གཟེང་རེ་བ་འོང་བ་དང་། རེ་རེ་དང་  
མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་སྤྲེས་བ་དེ་རྣམས་ནི་ནང་གི་རྟགས་ཞེས་པའམ་གཉིད་ལྷོང་བའོ། །

གསར་བ་ནི་ལྷགས་ལས་གྲུབ་པའི་ལྷག་གཟིག་དང་། དོམ་བྲེད་ལ་སོགས་གཅན་  
གཟན་འཛིགས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ང་རྩ་ཆེན་པོ་འབྱེན་ཅིང་། མི་རྩ་རྩ་རྣམས་ཟ་ཞིང་རྩྭ་བ།  
ཁ་སྤྲེག་ལ་སོགས་པའི་བྲུ་གཅན་གཟན་ཆེན་པོ་རྣམས་ལས་གྲུབ་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
གཤོག་ག་བརྒྱུ་ཅིང་། འཕྱར་འཕྱུལ་བྲེད་ཅིང་ག་ལ་རོལ་བ་དང་། རྒྱ་སྤང་དང་མ་ཉིའི་རུ་  
དང་མིག་བ་ལྷགས་ལས་བྱས་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཛིགས་པའི་དུར་སྤྲོ་འབྱེན་བ་དང་། དབྲུ་སྤྲོ་  
དང་། རལ་གྱི། དབྲུག་ཏོ། གསལ་ཤིང་། ཤང་ལང་། མདུང་། ལྷགས་ཀྱི། འཁོར་ལོ་ལ་  
སོགས་མཆོན་ཆ་རྣམས་ལས་མེ་འབར་ཞིང་ཆ་ཆ་རབ་དུ་འབྲོ་བ་རྣམས་ནི། བར་སྤང་ལ་

སྒྲོག་ལྷར་འཕྱུར་བ་དང་། ས་ལ་གཙལ་དུ་བཀྲམ་བ་དང་། རང་བཞིན་གཤམ་ནས་ཡོད་  
པ་ནི་གསང་བའི་སྒྲོང་ཆོད་ཡིན་པ་དང་བཅས་པ་ནི་མ་ཞོར་བར་གཤམ་ཆོད། །

གཞན་ཡང་སོ་སའི་མཆོན་རྟགས་འདི་འདྲ་ཡོད་པས་ཡིད་བརྟན་པར་གྱིས་དང་།  
ཞང་སྒྲོན་དང་སྒྲགས་པ་བཙུན་ཆས་བཟང་བ་དང་། ཆོང་དཔོན་ཆས་བཟང་བ་དང་། མི་  
མང་པོ་ཉོར་ནག་གི་ཆས་ལ་ཞུགས་ནས་ཁལ་རྟ་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་བཀལ་ནས་འགྲོ་  
འདུག་བྱེད་པ་དང་། ཆོང་བ་མང་པོས་བསའི་གོ་ལག་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཐོགས་ནས་  
སྒྲང་པོ་དང་། མཛོ་བྲེལ་མང་པོར་ཁལ་བཀལ་ནས་དངོས་པོ་སྒྱེལ་འདེན་བྱེད་པ་དང་།  
སྒྲགས་པ་ཆས་ཤིན་ཏུ་བཟང་བ་མང་པོས་གཏོར་མཆོད་དང་སྒྲ་ཆ་མང་པོ་བཤམས་ནས་  
ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཤིང་རྩ་བརྟུང་ཞིག་ཞིག་བྱེད་པ་དང་། མི་དཔོན་གྱི་སྒྲོན་པོ་ཡིན་ཟེར་བའི་མི་  
སྒྲ་ཆས་བཟང་མང་པོས་དངོས་པོ་མང་པོ་ཉ་ར་བྱེད་ཅིང་བང་མཛོད་དུ་བཅུགས་པ་རྣམས་  
དཔོན་ཆེན་མང་པོས་སྒྲང་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སྒྱེས་བྱ་ཤིན་ཏུ་སྒྲོམ་ལ་སྒྱུ་བྱུང་ཞིང་  
གསུམ་བྱིས་ཆེ་ཞིང་བྱིན་ཆེ་བ་རྣམས་ནི་གསེར་དཔུལ་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་  
པའི་ཁྱི་དུ་མའི་སྒྲེང་དུ་འདུག་པ་དང་། ཡང་ལ་ལ་ནི་ཉི་ཁྲ་དང་། འཇའ་ཆོན་དང་། འོད་གྱི་  
གདན་ལ་འདུག་པ་དང་། སྒྲོན་ཤིང་ལ་རྒྱབ་གཏད་པ་དང་། བྲག་རི་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་མང་  
པོ་ལ་རྒྱབ་གཏད་པ་དང་། མེ་ཏོག་གི་སྒྲོང་པོའི་ཆལ་ན་འདུག་པ་དང་། ཁང་བཅུགས་ཤིན་  
ཏུ་བཟང་བའི་ནང་དུ་འདུག་པ་དང་། སྒྲིན་གྱི་ནང་དུ་འདུག་པ་དང་། དེ་རྣམས་ལ་རང་ཡིད་  
ཆགས་པ་དང་། དེ་རྣམས་ལ་རོགས་དན་བྱེད་པར་འདོད་པ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱང་རང་ལ་  
རྩེར་འདུད་པ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་མགོ་འཛིན་རང་གིས་བྱས་པ་དང་། རེས་འགའ་པར་ལ་  
གཡོག་བྱས་པ་དང་། རེས་འགའ་རང་ལ་གཞོད་པ་བསྐྱལ་བ་དང་། རེས་འགའ་དོན་བརྟན་  
ནས་མ་མཐུན་པ་དང་། རེས་འགའ་ཁོང་རྣམས་ཤིན་ཏུ་ཁྲོས་ནས་མཆོན་ཆ་སྒྲ་ཆོགས་པ་  
ཐོགས་ནས་རང་དང་འབྲུགས་པ་དང་། གཞན་ཡང་འབྲུགས་པ་མི་འཆོམ་པ་རང་གིས་བྱེད་  
དགོས་པ་བྱུང་བ་དང་། རེས་འགའ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། མེ་ཏོག་དང་། ཤིང་ཏོག་གི་ཆར་འབབ་

པར་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་སེང་གེ་དང་། སྤང་པོ་ཆེ་དང་། ཏྲ་མཆོག་རྣམས་སྤྲིན་ལ་  
གནས་པ་དང་། བྱ་ཁོད་ཐང་ནག་མང་པོ་འཁྲིགས་པ་དང་། བེའུ་ལེའི་རྒྱལ་པ་དང་། རྒྱལ་  
མཆོན་མང་པོ་འཁྲིགས་པ་དང་། རོར་བྱ་མང་པོ་ཆེད་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་མང་པོ་  
ཆེད་པ་དང་། དེ་རྣམས་རང་གིས་ཉ་ར་བྱས་པ་དང་། ཡིད་དགའ་བ་དང་། དེ་རྣམས་གང་  
ཡིན་ཡང་མི་འདྲ་བའི་བཟང་ངན་གྱི་བྱེ་བྲག་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཞིག་འདྲན་ཞིང་འོང་བ་དེ་རྣམས་  
ལ་ནི་གཏེར་བདག་གཞོན་སྤྲིན་གྱི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན་པས་ངེས་པར་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག །

ཡང་བྱ་ཚུང་ལོ་བཅུ་པ་མན་ཆད་རལ་བ་བྱེད་བཅེངས་བྱས་ཤིང་། ཤིང་སྐྱའི་མདའ་  
གཞུ་ལག་ཏུ་ཐོགས་པ། ར་སྤྲགས་ལུས་ལ་གྱོན་པ། སྒྲ་མཐོ་ལ་མིག་ཤིན་ཏུ་ཐབ་པ། ཤ་  
མདོག་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྷ་རེ་རེ་ལ་མི་འདྲ་བ་དང་། ལུས་ལ་ན་བྱན་ནམ། རྒྱངས་པ་འཕྲུལ་ཞིང་  
ཐེལ་བ་ཚུང་ཐད་ཆགས་པའི་ར་སྤྲིས་ལ་ཞོན་པ་མང་པོ་དང་། རེ་རེ་བྱུང་རེ་རེ་དང་། ཞོན་པ་  
མེད་ཀྱང་ལག་ན་སྤྲུལ་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་ཐོགས་པ་དང་། ཤིང་ལང་དང་། མདུང་དང་། དམ་  
སྟ་དང་། ཐོ་བ་རྣམས་ལག་ན་ཐོགས་པ་དང་། རའི་གསོལ་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་རྣམ་གཡང་གཞི་  
ཐོགས་པ་དང་། བ་དན་ཁ་བོ་སྒྲ་འཕྲུར་བ་དང་། ལུས་ལ་དུང་གིས་བརྒྱན་པ་དང་། དུང་  
གིས་ཐོར་ཚུགས་བཅེངས་པ་དང་། གསེར་གྱི་སྒྲོར་མོས་རྣ་ཆ་བྱས་པ་དང་། རྩ་ཀྱ་ཤིས་  
འཕྲུ་བཅུགས་ཤིང་། རྩ་སྒྲོ་ལྷང་གིས་དབུ་བརྒྱན་པ་དང་། བེའུ་ལེའི་སྒྲོས་བརྒྱན་པ་དང་།  
རྩུག་མའི་ཤིང་གི་དབུག་པ་ཐོགས་པ་དང་། དུར་ཁོད་གྱི་རོ་རས་ལུས་ལ་དཀྲིས་པ་དང་།  
སྤྲ་བའི་པགས་པ་གྱོན་པ་དང་། སྤྲིན་མ་དང་། སྤྲ་ར་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་རང་རང་གི་ཤ་མདོག་  
དང་མཚུངས་པ་དང་། རེས་འགའ་བྱ་མོ་ལོ་བཅུ་ལོན་པ་ཅམ་གྱི་སྤྲ་སིལ་ལེ་བ་དང་། གོས་  
ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་གྱོན་པ་མང་པོས་ར་ཁྱུ་ཉ་ར་བྱེད་པ་དང་། རེས་འགའ་སྤྲགས་སྤན་ཚུང་དུ་  
རལ་བ་སྤྲ་ལེ་བ་དང་། རེས་འགའ་བོན་ཆེན་ཞུ་རིང་ཅུག་གེ་བ་གྱོན་ཅིང་སྤྲ་ར་ཤིན་ཏུ་རིང་  
བའི་རྒྱ་བོ་དང་། དེ་རྣམས་གང་ལ་ཡང་རའམ། རའི་པགས་པའམ། རྩ་ཀྱ་ཤིས་དང་། བེའུ་

ལའི་སྒྲོ་དང་། ཅད་བྱ་སྒྲོ་ལྡང་དང་། དེ་ལྷ་གང་ཡིན་པ་དེ་མགོ་ལྷས་དང་། ལག་ན་སྒྲིགས་  
པ་སྒྲིགས་ནི་ཐེུ་རང་གི་རྟགས་ཡིན་པས། རང་རྟགས་ཕྱག་མཆོན་དེ་ལྷ་ཡོད་དགོས་སོ། །

ཡང་ལག་ན་སྒྲིག་མའི་ཤིང་གི་དབྱུག་པ་སྒྲིགས་པ་འདྲ་ཐེུ་རང་གི་རྟགས་ཡིན་  
པས། དེ་རྣམས་བྲག་ཕྱག་དང་། ས་ཕྱག་དང་། ས་རལ་མདོ་འདུས་དང་། ཐང་ཆེན་རྩ་རྩོ་  
ཁབ་ཁོབ་ཡོད་པ་དང་། ལ་བྱ་སྒྲིན་ལ་གནས་པ་དང་། ལགས་ཆལ་དང་། བྲག་རི་དང་།  
གཡའ་རི་ཆེན་པོ་དང་། ཁང་བྱ་སྒྲིང་ཁང་མེད་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་དང་། ཤིང་སྒྲིན་སྒྲིན་དང་། དེ་  
རྣམས་ལ་གནས་ནས་སྒྲོད་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་དང་། རང་གིས་མཐོང་ནས་རང་དེ་  
རྣམས་ལ་ཡིད་ཆགས་པ་དང་། ཁོའི་རྒྱལ་པོ་དཔེ་རང་གིས་བྱས་པ་དང་། རང་གི་རྒྱལ་  
དཔེ་ཁོས་བྱས་པ་དང་། རེས་འགའ་ཚོད་པ་བྱས་པ་དང་། རེས་འགའ་ནོར་སྒྲ་ཆོགས་རང་  
ལ་སྒྲེར་བ་དང་། རེས་འགའ་རྒྱན་གོས་དང་གཟུགས་དབྱིབས་ཤིན་ཏུ་བཟང་བ་སྒྲོན་པ་  
དང་། རེས་འགའ་ཤིན་ཏུ་མི་སྒྲིག་པའི་གཟུགས་སྒྲོན་པ་ལ་སྒྲིགས་པའི་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་  
འགྱུར་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཞིག་འོང་བ་ཡིན་པ་དང་། རེས་འགའ་ལོ་འགྲེད་པ་དང་། རྒྱན་འགྲེད་  
པ་དང་། གཞན་ཡང་ར་མང་པོ་དང་། རེ་རེ་དང་བྱུང་རེ་ཅམ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་རའི་ཆོ་ལའི་  
དོ་ལམ་དང་། བེལ་བྱ་རྒྱུང་བྱ་དང་། རའི་གཡང་གཞི་མགོ་ལག་ཆང་མ་དང་། དེ་རྣམས་ཉ་  
ར་བྱེད་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་མང་པོའི་ནང་དུ་བྱིན་པ་དང་། གཞན་གྱིས་ཉ་ར་བྱེད་པ་  
དང་། བདའ་འདེད་བྱེད་པ་མཐོང་བ་དང་། གཞན་ཡང་ནེུ་ལའི་གསལ་དང་སྒྲོ་དང་། ཅད་  
བྱ་སྒྲོ་ལྡང་དང་། སྒྲིག་མའི་ཤིང་དང་། རྩ་ཀྱུ་ཤ་དང་། དེ་རྣམས་རང་གིས་ཉ་ར་བྱས་པ་དང་།  
ས་ལ་གོར་གོར་སྒྲིལ་པ་དང་། ས་ཕྱག་བྲག་ཕྱག་གད་ཕྱག་རི་ལྷང་ཐང་ཆེན་པོ་གང་དུ་ཡིན་  
ཡང་དེ་རྣམས་ཐང་ཐིང་དུ་བཅུགས་པ་དང་། ཆལ་ཆལ་དུ་བཟམས་པ་དང་། ཐོན་རེ་སྒྲིལ་པ་  
དང་། དེ་རྣམས་གང་མེས་ཀྱང་འབྱུང་པོ་ཐེུ་རང་གི་ཆོ་འབྲུལ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཡང་འདི་འདྲ་འོང་གིས་མ་གཡེང་ཉོན་དང་ངས་བཤད་དོ། །བྱིས་པ་རྒྱུང་བྱ་  
གཟུགས་ནི་འདྲ་པོར་མེད་ཀྱང་ཁ་མིག་རྒྱུང་ཐད་དོད་ཅིང་། སྐད་ཟིང་ཟིང་རྒྱུང་ཐད་གཤམ་ལུས་

པ་མང་པོ་དང་། རེ་རེ་དང་བྱུང་རེ་ཅམ་པ། ལུས་ཁྱ་གང་ལས་ཅུང་ཟད་ཅུང་པ། མགོ་པོ་  
ཤུག་པའི་འབྲས་བུ་ཅམ་ཡོད་པ་རང་གི་ལུས་ལ་འབྱར་ཞིང་སྐད་ཅེ་རེ་རེ་འདོན་པ་དང་།  
རང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དང་། རྒྱ་ཆལ་ཆེལ་དང་། རྟོ་ཁབ་ཁྲོབ་ཀྱི་ནང་དང་། གཞན་ས་ཆ་  
གང་དུ་ཡང་གང་པ་དང་ས་སྒྲན་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་རབ་རིབ་ཡོད་པ་དང་། བྲག་རབ་རིབ་  
དང་། སྒྲན་མ་ཤལ་ཤལ་དུ་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་སུ་འདུག་པ་དང་། ཉ་བྱུན་འབྲིལ་བ་ཅམ་གྱི་  
ནང་དུ་འདུག་པ་དང་། མེ་ལྷེས་ལྷེས་ཅུང་ཟད་མི་གསལ་བ་པོང་བྱའི་རྣ་བ་ཅམ་འབར་བའི་  
ཅར་འདུག་པ་དང་། ཡང་ན་བྱུང་མེད་ཤིན་ཏུ་མི་སྤྲུག་པ་སྐྱ་ཤེན་དུ་གཟེང་ཞིང་། ལུས་ཤིན་  
ཏུ་རིད་ཅིང་ཐལ་བའི་མདོག་ཅན་སྟོ་སྐྱ་བ། གོས་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་སྐྱ་ཆོགས་པ་རྩལ་པོ་རེ་  
རེས་སྦྲད་དཀྱིས་བྱས་པ། རྣ་བ་གཉིས་དང་། ལྷའི་འོག་དང་། རྒྱོག་མ་དང་བཞི་ལ་ཁ་བཞི་  
དོད་པ། དེ་ཡང་ཉའི་ཁ་ལྟར་སོ་མེད་པ་ལྷེ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་དམར་ལྷབ་ལྷབ་བྱེད་པ་  
ལ་ནད་གྱི་ན་བྱུན་སྟོ་དམར་པ་ལ་ལ་འོང་བ། རྒྱང་པའི་འོང་བུ་འདུད་ཅིང་འཐེང་འཐོས་བྱེད་  
པ། ལག་ན་རྒྱང་གི་ཞགས་པ་ནད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཐོགས་པ་མང་པོ་དང་། རེ་རེ་དང་ཡ་  
བྱུང་རེ། རང་གིས་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཡི་སྤྲུག་ཅིང་། ལྷང་བ་མི་བདེ་བ་བན་བྱུན་འོང་བ་  
དང་། གཞན་ཡང་བྲག་སྟོན་རབ་རིབ་ཅུང་དུ་ཅུང་དང་འདྲེས་པ་དང་། དོང་ཁུང་ཅུང་དང་སྒྲན་  
མ་འདྲེས་པ་དང་། གད་སྐྱིབས་ལྷམ་ལྷམ་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་། རྟོ་ཁབ་ཁྲོབ་དང་དེ་རྣམས་  
ལ་མེ་དམར་ཟེང་རེ་མར་མེ་ཅམ་འབར་བའོ། རྒྱངས་པ་སྟོ་དམར་ཅུང་ཟད་འཕྱལ་བ་དང་།  
བྲ་མའི་ཆེར་མ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་རང་བྱིན་པ་དང་། ཡང་རང་གི་བྱིབ་ནག་རང་གི་  
རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དང་། གཞན་གྱི་བྱིབ་གཟུགས་མང་པོའི་ནང་དུ་རང་བྱིན་པ་དང་། ཤིང་  
ཆོག་པ་དམ་དུམ་དང་། སོལ་བའི་ཕྱང་པོ་དང་། རོ་བསྐྱེགས་པའི་ཤུལ་ས་ཡིན་ཟེར་བ་དང་།  
དེ་རྣམས་སུ་རང་བྱིན་པ་མིས་ན་འདྲེ་མོ་འགག་འདྲེའི་ཆོ་འཕྱལ་ཡིན་ནོ། །

བྱེ་བྲག་གི་ཆོ་འཕྱལ་རྣམས་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག་རིགས་ལྷན་ཀྱན། ལུན་མོང་པ་  
སྤྱིའི་ཆོ་འཕྱལ་མི་འདྲ་བ་སྐྱ་ཆོགས་པ་འདི་འདྲ་འོང་གི་། རི་བསྐྱེལ་བ་དང་། མཆོ་ལུད་པ་

དང་། རྒྱལ་གཞིག་པ་དང་། རྒྱལ་འགྲིལ་བ་དང་། ས་གཡོ་བ་དང་། གད་པ་དེབ་པ་དང་།  
ས་གཞི་འགྲུལ་མེར་མེར་བྱེད་པ་དང་། རྫོང་དང་པོང་བ་རྩར་འཐེན་པ་དང་། གོས་ལ་འཐེན་  
འཐེན་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་དང་སྤོ་ཅིབ་ཏུ་ཁུ་ཚུར་བརྟེན་པ་དང་། རྩ་བར་གསར་གཏམ་བྱེད་  
པ་དང་། རྒྱུ་རིང་པོ་ནས་མིང་ནས་སྤྲང་སྤྲང་འཕོད་པ་དང་། འདུག་མལ་ནས་གཞན་དུ་  
འཁྱེར་བ་དང་། དབྱངས་དང་ལྷགས་སྒྲུ་ལེན་པ་དང་། ཏ་ཏ་དང་གད་རྒྱུས་སྤྲུག་སྤྲུག་བྱེད་  
པ་དང་། ཏུ་འཕོད་ཀྱི་ཚ་ཆེན་པོ་འདོན་ཅིང་མི་སྟོན་པ་སྤྲོ་ཆོགས་སྤྲོགས་ནས་ཁྱོད་འདིར་མ་  
འདུག་གཞན་དུ་སོང་ཞིག་མི་འགྲོ་ན་མགོ་གཅད་སྟོང་དབྱང་ལ་ཟ་ཁྲག་འཕྱང་རུས་པ་འཆའ་  
བ་དང་། གཞེར་སྤྲོག་ལ་སོགས་པ་ནད་སྤྲོ་ཆོགས་བཏང་ནས་ཁྱོད་ད་ལྟ་ནས་འགྲུམས་པར་  
བྱེད་དོ། །

འདི་ནས་གཞན་དུ་འགྲོ་ན་ངས་ཁྱོད་ལ་པན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གདགས་སོ་ཟེར་བ་  
དང་། རྩོག་དང་། སེར་བ་རྒྱག་པོ་དང་། འབྲུག་དང་། སྤོག་ཞགས་དང་། གཤམ་ལོག་ཆེན་  
པོ་དང་། བྱར་སྒྲ་དང་། ཆག་སྒྲ་དང་། ཆོམ་སྒྲ་དང་། ཐེག་ཆོམ་གྱི་སྒྲ་ཆེན་པོ་དུ་མ་ཞིག་  
འཕྱུང་བ་དང་། སྐར་མདའ་དང་། མེ་མདའ་དང་། མེ་སྒྲག་དང་། ཆ་ཆ་དམར་ཚུབ་ཚུབ་བྱེད་  
པ་དང་། སྤྲིན་དང་ན་བྱུན་ཁུ་རྒྱུས་དང་། འཚུབ་མ་འདིགས་སུ་རུང་བའི་ནང་དུ་ཐིམ་ཞིང་  
གཡེངས་ནས་རབ་ཏུ་བརྟེན་པ་དང་། ས་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་ནག་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཁ་དོག་མི་  
འབྲ་བར་གྱུར་ནས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་། རྩམ་མཁའ་མེས་གང་བ་དང་། ས་གཞི་རྒྱས་  
གང་བ་དང་། སྤྲོན་ཤིང་ནགས་ཆལ་རྩམས་མཆོན་ཆར་མཐོང་བ་དང་། འཚུབ་མ་དམར་  
ནག་དང་སྟོ་བྱར་སྟོ་དམར་གྱིས་རི་ལྷང་གང་ཞིང་གཡོ་བར་བྱེད་པ་དང་། མིག་གི་སྟོར་  
གཟུགས་མི་མཐོང་བ་སྟོན་པ་དང་། སེང་གེ་དང་། སྤྲུག་གཞིག་དོམ་ཤེད་དང་། སྤང་པོ་ཆེ་  
དང་། བ་སྤང་དང་གཡག་ཆོད་དང་། སྤྲེལ་དང་། བག་ཆོད་དང་། བོང་བྱ་དང་། ཁྱི་དང་།  
སྤྲང་གི་དང་། ཅེ་སྤྲང་དང་། རྒྱ་སྤྲིན་དང་། རེ་འབྲམས་དང་། སྤལ་བ་དང་། སྤྲིག་པ་དང་།  
སྤྲར་ལ་སོགས་པའི་མགོ་བརྒྱན་ཅན་འདིགས་སུ་རུང་བ་ཁ་གདངས་པ་མཆེ་བ་གཅིག་པ་



ལྷེ་དམར་ལྷ་བ་ལྷ་བ་གཡུག་པ། ཁ་ནས་མེ་འབར་བ་སྒྲ་ནས་དུད་པ་འབྲུལ་བ་མིག་ནས་མེ་  
སྒྲ་ག་འཕྲོ་བ། ལག་ན་སྒྲུལ་ཞགས་དང་མཆོན་ཆ་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཐོགས་ནས་འཛིགས་ཚུལ་  
སྟོན་པ་དང་། གཤིན་རྗེ་དང་། གཞོད་སྒྲིན་དང་། སྒྲིན་པོ་དང་། ཤ་ཟ་ལྷ་བུའི་གཟུགས་  
འཛིགས་པ་སྟོན་པ་དང་། སྒྲ་ག་དང་དོམ་བེད་ཅེ་སྒྲུང་ལ་སོགས་གཅན་གཟན་གཤུག་པ་ཅན་  
རྣམས་ཀྱིས་ར་རོ་ཆེན་པོ་འབྲིན་ཅིང་ཁ་གདངས་ནས་ཟ་རུ་བྱུང་བ་དང་། ཚུ་སྒྲིན་གྱི་ཁ་  
གདངས་ནས་བཟུང་བ་དང་། སྒྲུལ་གྱིས་ལུས་པོ་དཀྱིས་པ་དང་། སྒྲིམ་དང་སྒྲིག་པ་སྒྲུལ་པ་  
ལུས་ལ་འབྱར་བ་དང་། སྒྲུང་དང་གཡག་ནག་རུ་ལ་མེ་འབར་བས་བརྟུང་བ་དང་། མི་ནག་  
འཛིགས་སུ་རུང་བའི་ལག་ན་མཆོན་ཆ་མེ་འབར་བས་བས་བསྐྱུན་པ་དང་། དག་པོ་དང་  
སྒྲིམ་པ་བྱུད་མེད་དགྲར་ལངས་ནས་མཆོན་ཆ་ཐོགས་ནས་བརྟེག་པ་དང་། བཅིངས་པ་  
དང་། གད་གཡང་ལ་བསྐྱར་བ་དང་། མནན་པ་དང་། མགོ་མཇུག་སྒྲིག་ཅིང་གཞན་དུ་  
འབྱེད་པ་དང་། སྒྲིམ་སྒྲིག་ཐོག་སྒྲུར་རྣམས་ཆར་བཞིན་དུ་བབས་པ་དང་། སྒྲུལ་སྒྲུལ་ཉ་  
ལྷོང་གིས་ས་གཞི་གང་བ་དང་། ཁྱི་ནག་མང་པོས་རྒྱག་ཅིང་སྒྲིལ་མང་པོས་གར་བྱེད་པ་  
དང་། སྒྲིན་མོས་རལ་བ་བསིག་ཅིང་སོ་སྒྲ་སྒྲིག་པ་དང་། གཞན་ཡང་མིག་ལམ་དུ་མི་སྒྲུག་  
པའི་གཟུགས་སྒྲ་ཆོགས་པ་འབྱུང་ངོ་། །

ན་བའི་སྟོར་སྒྲ་སྒྲ་ཆོགས་འོང་སྟེ་གི་གི་བསྟོ་བསྟོ་ཞེས་པ་དང་། ཏ་ཏ་ཏོ་ཏོ་ཞེས་པ་  
དང་། སོད་སོད་རྒྱུ་རྒྱུ་ཅེས་པ་དང་། ལུར་ལུར་བ་དང་། ལུ་སིང་ཞེས་པ་དང་། ཟིང་ཟིང་  
ལ་སོགས་པ་སྒྲ་མི་སྒྲན་པ་དུ་མ་ཞིག་འོངས་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བ་བྱེད་དོ། །སྒྲའི་སྟོ་ལ་ཡང་།  
བྱ་སྟོག་ལ་སོགས་སྟོག་བྱི་ངན་པ་སྒྲ་ཆོགས་པ་དང་། རུ་གཞོབ་དང་། མིའི་ཤ་ཆེལ་གྱི་  
གསུར་དང་། སྒྲ་གཞོབ་དང་། ཤིང་དུག་ངན་པ་དང་། ས་དུག་ངན་པ་དང་། ཁྱིའི་བྱི་མ་དང་།  
ཚུ་སོའི་གསེབ་བྱི་ལྷར་བྱི་ངན་པ་སྒྲ་ཆོགས་པ་བྱོ་ནས་དབང་པོ་ལྷོས་པར་བྱེད་དོ། །ལྷེ་ལ་རོ་  
ཁ་བ་ལ་སོགས་པའི་རོ་ངན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཟས་སྟོམ་གང་ཡིན་ཡང་ཞེན་པ་ལོག་པར་བྱེད་  
དོ། །ལུས་ལ་རེག་བྱ་རྣམས་རྒྱུབ་ཅིང་ཅེད་པ་དང་། ཤ་རོ། ཤ་འཕྲིག་། ཤ་འགྲུལ་དང་།

སྐུ་འཁོལ་དང་། སྐྱང་འབྱར། མྱོ་བྲ། བེལ་ལྷག་བྲ་ཐོར། མེ་དབལ། ཚ་བྲག་ནམས་ཀྱིས་  
ལུས་མི་བདེ་བར་བྱེད་དོ། །ཡིད་ལ་མི་འདོད་པ་སྣ་ཆོགས་པ་འབྱར་སྟེ། སེམས་མི་བདེ་བ་  
སྣ་ཆོགས་པ་འོར། ཐེ་ཆོས་དང་། སོམ་ཉི་དང་། ཡིད་གཉིས་དང་། འཇམ་ཁུར་དུ་སྐྱེ་བར་  
བྱེད་པ་དང་། ཤེས་པ་འཕྱོ་བ་དང་། འཕྱོ་སྟོང་འདོད་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་སེམས་སྦྱག་  
པ་དང་། མི་དགའ་ཞིང་ཆོག་པ་ཟ་བ་དང་། ཁམས་མི་བདེ་བ་དང་། སེམས་སྒྲོ་བ་དང་། ཟླ་  
པོ་དང་འགྲོག་འདོད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ཆགས་སེམས་ཀྱིས་གདུངས་ནས་ཉམས་  
ལེན་འཆོར་བ་དང་། བག་ཚ་བ་ཉམ་ང་འཛིགས་སྒྲག་སྒྲིས་ནས་གཙོད་ཀྱིས་སུན་པར་བྱེད་  
པ་དང་། རྣམ་ཉོག་སྣ་ཆོགས་པ་སྒྲིས་ནས་ཡིད་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྟིང་རྒྱང་  
ལངས་ནས་ཁམས་འདུས་པར་བྱེད་དོ། །

གཞན་ཡང་ས་གས་པའི་བར་དུ་ལྷུང་བ་དང་། ཁང་པ་དེ་བ་དང་། རམ་ཁྲོག་དང་  
གཡང་ས་ཆེན་པོར་འགྲིམ་པ་དང་། རི་བོ་དེ་བ་དང་། རྩ་བོ་གནས་དུ་འཕྱར་བ་དང་། ཟླ་  
གཉིས་བདེ་བ་དང་། གནས་ནས་ས་ལ་ལྷུང་བ་དང་། འཛིགས་སུ་བྱུང་བའི་གཟུགས་ཅན་  
ཀྱིས་རང་གི་སྟིང་བྱངས་པ་དང་། མྱོ་བ་འབྱར་པ་དང་། རྩ་མ་བསྐར་བ་དང་། རོན་སྟིང་ནང་  
ཁོལ་ནམས་སྤང་བ་དང་། ལུས་དུམ་བྱར་གཏུབ་པ་དང་། བགས་པ་བཤུས་པ་དང་། ཡན་  
ལག་དང་ཉིང་ལག་ནམས་གཙོད་པ་དང་། གཟུགས་མི་སྦྱག་པ་བསྟན་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་  
དབྱགས་ལེན་ངས་བྱས་ནས་ཞག་འདི་ཅམ་ནས་ཁྱོད་ཤི་ནས་དཔུལ་བར་སྒྲོར་རོ། །ཁྱོད་ཀྱི་  
ཟླ་མ་བརྒྱད་པ་དང་། པ་མེས་ཡང་རབས་ནམས་ཀྱི་སྒྲོག་ལེན་ང་ཡིན་ནོ་ཟེར་ནས་དགར་  
ལང་བར་བྱེད་ཅིང་། འཛིགས་སྤང་སྣ་ཆོགས་པ་སྒྲི་བྱ་འདུག་པར་བྱེད་དོ། །

རེས་འགའ་མ་སྟིང་མཛའ་མོ་དང་། བྱད་མེད་མཛེས་མ་རྒྱན་ཅན་གྱིས་འཇུག་  
མདངས་བསྟན་ནས་ཆགས་ཚུལ་སྟོན་པ་དང་། རེས་འགའ་གཟུགས་མི་སྦྱག་པས་བྱ་འཕོད་  
དང་ཆོ་ངེ་འདེབས་པ་དང་། རེས་འགའ་པ་སྦྱན་ཟླ་པོ་ཁྲོགས་པོའི་ཚུལ་གྱིས་པན་པའི་  
ཁྲོགས་བྱས་ནས་གདུང་བར་བྱེད་པ་དང་། རེས་འགའ་དགར་ལངས་ཏེ་སྤང་སེམས་སྒྲི་བར་

བྱེད་དོ། །རེས་འགའ་ལྟ་ཡི་དམ་གྱི་རྣམ་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་གཏོང་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་  
སྤང་བའི་ལས་པར་བྱེན་བྱག་ལ་སོགས་པའི་ལམ་སྦྱབས་དང་། ཁྱད་པར་དུ་དཀར་ཕྱགས་  
རྣམས་ལ་ཚོལ་བ་བསྐྱེད་མི་དགོས། ད་ཁྱོད་ལམ་རྫོགས་ཟེན་པ་ཡིན་པས་ལམ་བསྦྱབས་  
ནས་ཅི་ཞིག་བྱ། རྒྱའི་སྤངས་པ་སྦྱོར་དུ་སོང་ནས། ད་ནི་སྤྱོད་བ་འདིར་འབྲས་བུ་སྦྱོར་བ་ཡིན་  
པས། བདུད་ཐམས་ཅད་འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབ་པས། འདྲེ་བདུད་ཐམས་ཅད་གཏུལ་བར་  
བྱའོ། །ཟེར་ནས་འདྲེ་བཞུག་རྣམས་སྤུལ་ཞིང་གོང་ཆོག་སྤྱ་སྤྱུ་འདེད་པས་ལམ་ལོག་པར་སྦྱོར་  
བ་དང་། ད་ཁྱོད་འདོད་ཡོན་སྦྱོད་པའི་དུས་ཡིན་པས། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཅི་  
དགའ་བར་སྦྱོད་དང་། ཉོན་མོངས་པ་སྤྱད་ཆད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གྲོལ་ལམ་  
ཐོབ་པ་ཡིན་ཟེར་ནས། ཉོན་མོངས་སྦྱོད་དུ་འབྱུག་པའི་ལམ་ལོག་པ་ལ་སྦྱོར་བ་དང་། ཁྱོད་  
སྤྱོད་བ་འདིའི་འོག་རོལ་ན་ཞིང་ཁམས་འདི་ཞེས་བྱ་བར་མཆོན་འདི་ཐོགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་པ་  
ཡིན་ནོ་ཟེར་ནས། ང་རྒྱལ་རྣོས་པ་དང་། དེགས་པས་ཁེངས་པར་བྱས་ནས། ལམ་ལོག་པ་  
ལ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པའི་བདུད་ལྟ་དུ་སྦྱུལ་ནས་འོང་བ་དང་། རེས་འགའ་རང་གི་སྒྲ་མ་དང་  
ལྟའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུས་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ལོར་ལམ་ལོག་པར་སོང་བས། དེད་ཅག་གིས་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་དུ་མ་ཞིག་སྦྱོང་བར་གདའ་བས་བྱ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་འདི་དོར་ལ་འདི་མ་ཡིན་པ་  
གཞན་ཞིག་ལ་ཞུགས་ཤིག་ཟེར་ནས། སྒྲ་མ་དང་ཆོས་ལ་སྦྱོ་ལོག་པར་སྦྱོར་བར་བྱེད་པ་  
དང་། ལྟ་དེད་ཅག་གིས་ཁྱོད་སྦྱོབ་པར་མི་རུས་པས་གཞན་ཞིག་ལ་སྦྱབས་སུ་སོང་ཞིག་  
ཟེར་ནས་ལྟ་སྤང་དུ་བཅུག་ནས་ལམ་ལོག་པ་ལ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པའི་བདུད་སྒྲ་མ་དང་ལྟ་ལ་  
སྦྱུལ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་འཕང་དམའ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཐེ་ཆོས་དང་སོམ་ཉི་སྤྱོད་བར་  
བྱེད་པ་དང་། སྒྲ་མ་དང་ལྟ་དང་ཆོས་ལ་ཡི་ཐུག་ཅིང་སྦྱོང་བར་བྱེད་དོ། །

གཞན་ཡང་ཡིད་ལུས་མི་བདེ་བར་བྱེད་པ་སྤྱ་ཆོགས་པ་བྱུང་བ་དང་། བྱང་སེམས་  
ཀྱི་གཤགས་གང་གིས་བྱེད་པ་དང་། མི་དགེ་བའི་ལས་ཆེ་འདིའི་འདོད་པ་ལ་སྦྱོ་སྦྱོར་བར་བྱེད་  
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བདུད་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན། ཆོ་འབྲུལ་བྱ་བ་ཡང་ཡིན་པས། དེ་རྣམས་ཤེས་



གཤིས་མི་མཐོང་ནས་འགྲོ་ས་མ་ཆེད་པ་དང་། ཁུར་པོ་ཆེན་པོ་མི་ཐེག་པ་དང་། སྤྱད་ནག་མོད་  
མོད་མང་པོ་ཁུར་པ་མེས་པ་དེ་ནམས་ནི་སྤྱི་པ་པ་ཤིན་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྟགས་ཡིན་པས། དགོན་  
མཆོག་གི་དགོང་པ་ལྟག་པར་འཛེམ་ཞིང་མིའི་ནོར་ལ་རྟབ་འཕྲོ་བ་མི་བྱ་བར་སྤྱི་པ་པ་སྤྱར་  
བའི་ཐབས་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

ཉི་མེད་པ་མཐར་ཕྱིན་ནས་རྒྱལ་པ་དང་། ལུག་པ་ནག་པོས་རང་ཉིད་གཡོགས་  
པ་དང་། ལྷ་ནག་པོས་ནག་ལྷས་ནག་ཤེན་ནས་ལག་ན་རེ་བའི་མདུང་དང་འཕྱར་ཁིང་གོང་  
འཕྱར་མདུང་ལྟོང་འདྲ་བ་སོང་བ་དང་། ཐལ་བའི་ཁྲུང་པོ་ཁྲུང་ཅིང་ལག་རྒྱ་ཐལ་བའི་སྐྱེ་སྟོན་  
ཐོགས་ནས་རི་ནག་པོའི་རྩུང་ལ་བུད་ནས་སོང་བ་དང་། བོང་བུ་ནག་པོ་ན་མེད་ལུ་མོ་ཞོན་  
ནས་ལུག་རྒྱལ་ལ་ལུང་པ་མང་པོ་བཟུལ་བ་མིས་པ་ནི། ཆེ་དང་བསོད་ནམས་དབང་ཐང་  
ཟད་ནས་ལོ་གསུམ་ཚུན་ལ་འཆི་བའི་རྟགས་ཡིན་པས། རང་ལུལ་སྤངས་ནས་རྒྱུང་རིང་  
མིའི་ལུལ་དུ་བུད་ནས་མི་མེད་ལུང་སྟོང་འགྲིམ་ཁིང་། ལུས་སྟོག་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་མི་  
མིན་འདྲའི་གཟན་དུ་སྐྱར་ལ་སེམས་ཅན་སྤྱིའི་སྤྱད་དུ་གཏོང་བའི་དམིགས་པ་བྱལ། །

ཞུ་ནག་གོས་ནག་ལྷམ་ནག་སྤམ་བཅེགས་གྲོན་བཞིན་ཏུ་ལྷིད་ནས་མི་ཐེག་པ་  
 དང་། མི་ཐེག་པའི་ཁུར་པོ་ཁུར་ནས་ལམ་འཕྲང་ངན་པ་ལ་སྤར་དུ་སོང་བ་དང་། ལུས་ལ་  
 ལྷགས་གཞེར་མང་པོ་བཏབ་ནས་ལུས་ཉམས་པ་དང་། ཀླང་པ་ལྷགས་ལ་བཅུག་ནས་དོང་  
 བར་དུ་སྤྱི་པོ་སྤར་ལ་བསྟན་ནས་སོང་བ་དང་། རི་བོའི་ཅེ་ནས་སྤར་ལ་སོང་བ་དང་། གནམ་  
 ནས་ས་ལ་ལྷུང་བ་མིས་པ་ནི་ལས་ཀྱིས་མཁར་བས་ངན་སོང་ལ་མར་འགྲོ་བའི་རྟགས་ཡིན་  
 པས། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ངེས་པར་རྒྱོ་བགལ་བར་བྱས་ནས་ལྷུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
 དགེ་བ་ལ་བཀོད་པའི་བཙུན་འབྲས་དག་པོ་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་ཅིང་། ལུས་མཆོད་སྤྱིན་སོགས་  
 ལ་འབད་ནས་ལེ་ལོ་དང་གཡེང་བ་སྐྱད་ཅིག་གྲང་མི་བྱེད་པའི་བྲགས་དག་པོ་བསྐྱེད་པར་  
 བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ཆོ་འཕུལ་གྱི་བྲག་མི་འབྲ་བ་སྤྲ་ཆོགས་པ་གང་ལ་ཡང་། མ་ཞོར་ལེགས་  
པར་བརྟགས་ནས་སོ་སོར་བྱེ་ནས། རང་རང་གི་སྐབས་ནས་ཇི་ལྟར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
མན་ངག་གིས་གཙུན་པའི་ཐབས་ལ་བཙོན་པར་བྱེད། པལ་ཆེར་སྟོང་ཉིད་ལྟ་བུས་ཟེལ་གྱིས་  
གཞོན་པ་ཡིན། བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ལ་དགའ་སྟོལ་ཆེན་པོ་སེམས་ཀྱི་འཁྲི་བ་ཆོད།  
ངན་པའི་འཁྲལ་སྤང་ཅི་བྱུང་ཡང་། སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྟོག་པ་ཆོད། སེམས་ཉིད་སྟོས་  
བྲལ་ནམ་མཁའི་སྟོང་དུ་སྤྲོས་ཤིག་གི་མ་རྟོ། ལུ་མན་ངག་གཙུན་པའི་ཐབས་ལ་བཙོན་བྱས་  
ན།

སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་དང་། །ཆོས་སྟོང་སྤང་མས་བྱ་བཞིན་འཁོ། །བྱད་པར་  
མ་རྒྱད་མཁའ་འགྲོས་བྱིན་རྒྱབས་བྱས་པའི། །བག་བློ་ཉམས་དགའ་ཤེས་པ་གསལ། །བྱིན་  
རྒྱབས་བྱས་པའི་རྟགས་བྱུང་ནས། །སྤང་སྤིད་ལྟ་འདྲི་བཞུ་ཁོལ། །མི་མཐུན་རྒྱུན་རྣམས་  
དཔལ་དུ་ཤར། །བར་ཆད་ཞི་ནས་ཆེ་དཔལ་བསོད་ནམས་བསྟན་པ་རྒྱས། །ཐུན་མོང་  
མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་བདེ་སྒྲག་ཉིད་དུ་བརྟེས། །མཐར་ཐུག་སྤྱི་མེད་ཡུམ་གྱི་གོ་འཕང་  
ལ། །ཐེ་ཆོམ་མེད་དོ་རིགས་ཀྱི་བྱ། །བྱ་ལར་ལྷ་བརྒྱ་དུས་ཀྱི་ཐ་མའི་དུས་ལ་མི་མ་ཡིན་  
གདུག་པ་ཅན་རྣམས་ཁ་འཕྲུང་བའི་དུས་ཡིན་པས། །སྤྲོགས་མ་ལྷ་པོ་ཡང་བདོ་བའི་དུས་  
ཡིན་གསུངས་ཏེ། རེ་བཙུན་ཟེལ་གཞོན་གྱིས་ལྷས་པའི་ལེའུ་སྟེ་བརྒྱད་པའོ། །

ལེབྱ་དགྲ་ལ། མ་ཞོརས་པའི་རྒྱལ་བྱིམས་འཆུག་པར་བྱང་བསྟན་པ།

ཡང་བསོད་ནམས་རྒྱན་གྱིས་ལྷས་པ། མ་ཅིག་ལགས། སྤྲོགས་མ་ལྷ་བྱ་བ་དེ་ད་  
ལྟར་གྱི་དུས་འདི་ཡིན་ནམ། ད་རུང་དེ་བས་བདོ་བ་ཞིག་འོང་ལགས་སམ། ད་རུང་དེ་བས་  
སྤྲོགས་མ་ལྷ་བདོ་བ་ཞིག་འོང་རྒྱ་ཡོད་ན། དེའི་དུས་ཀྱི་མི་རྣམས་སྟོད་ལམ་ཇི་འབྲ་བ་བྱེད།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་འདུལ་བྱིམས་ལ་ད་ལྟ་བུས་འཕེལ་འགྲིབ་འོང་ངམ། རང་རེའི་མ་

ཅིག་གི་ཆོས་ལུགས་འདི་ད་ལྟ་བཞིན་ཡོང་ངམ། རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་ཆོས་ཁྲིམས་གཉིས་ལ་  
དར་བྱ་བ་གང་ལ་འོང་། མ་ཅིག་གིས་མཁྱེན་པས་བཤའ་དུ་གསོལ་ཅེས་ཞུས་པས།

མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། ངས་མ་འོངས་པ་རྣམས་རིམ་བུ་བཞེན་ཤེས་པས་བཤའ་  
གིས། ཁྱོད་མྱོ་གསལ་ཞིང་བློ་བཤེས་རབ་དང་ལྷན་པས་ལེགས་པར་ཉོན་དང་། སྤྲུགས་  
མ་ལྔ་ནི་རྩེ་བདོ་རྩེ་བདོ་ལ་འགྲོ་བས། སང་ནམ་ཞིག་དུས་སུ་སྤྲུགས་མ་ལྔ་དང་ཚོད་པ་  
རྣམས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཞིག་འོང་བའི་དུས་གཅིག་འབྱུང་རོ། །དེའི་དུས་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱང་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱབ་ཅིང་ཁྱད་པར་སྟོད་པ་བན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་དུས་སུ་རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་  
ཆོས་ཁྲིམས་གཉིས་ཀ་ཉམས་པ་ཞིག་འོང་། རང་རེའི་ཆོས་ལུགས་འདི་ཡང་བྱེད་པ་ནི་མང་  
སྟེ། རྒྱལ་དང་མཐུན་པ་ད་ལྟ་བཞིན་བྱེད་པ་ནི་མི་འོང་། ཆ་ལུགས་བན་པ་ནི་མི་འདྲ་བ་སྣ་  
ཆོགས་པའི་ཆས་ལ་ཞུགས་ནས། དམ་ཆོས་འདི་སྤྲོད་དུག་ཏུ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་ལོག་པར་  
ཉོག་ཅིང་ལོག་པར་སྟོད་པ་མང་པོ་བྱུང་བས། ལས་མི་དགེ་བ་སྣ་ཆོགས་པ་ཞིག་གསོག་  
པར་བྱེད་དོ། །

དུས་དེ་དང་མཚུངས་པའི་དུས་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་འདུལ་ཁྲིམས་ད་ལྟ་  
བས་ཅུང་ཟད་གསལ་བར་བྱེད་པའི་དགེ་སྟོང་ཞིག་སྤྲུག་ཏུ་སྟོག་འགྱུ་བ་ཙམ་ཞིག་འོང་སྟེ།  
འོན་ཀྱང་འབྱུང་པའི་ཁ་རྒྱུངས་ཤིན་ཏུ་འབྱུར་བའི་དུས་ཡིན་པས། མཐར་ཚོད་པ་རྒྱས་ནས་  
འདུལ་ཁྲིམས་བདེ་བར་མི་འོང་བ་ཡིན་ནོ་གསུངས་སོ། །ཡང་བསོད་ནམས་རྒྱན་གྱིས་ཞུས་  
པ། མ་ཅིག་ལགས་དེ་འདྲ་འབྱུང་བ་ལ་ད་ལྟ་འདི་ནས་ལོ་ཅི་ཙམ་ཡོད། སྤྲུགས་མ་དེའི་དུས་  
སུ་རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་ཆོས་ཁྲིམས་ཉམས་པ་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྲུག་ཏུ་སྟོག་འགྱུ་  
བ་ཙམ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ། མ་ཅིག་རང་གི་བྱུགས་རྩེ་ཡིན་ནམ་ཅི་འདྲ་ཡིན། རྒྱ་ཅི་ལས་  
འབྱུང་བ་ཡིན། དེའི་དུས་ཀྱི་སྤྲུགས་མ་འབྱུང་བ་ལ་རྟགས་རིམ་འདྲ་བ་ཡོད་ལགས། ཞེས་  
ཞུས་པ་ལ། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས་བྱ་མོ་བཞིས་ལེགས་པར་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བྱུངས་དང་ངས་  
བཤའ་དོ། །

སྒྲིགས་མ་ལུ་དུས་ནི་ད་ལྟ་ནས་བཟུང་སྟེ་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་དང་ཕྲག་ལྔ་འདས་པ་ན་  
དཀྱིལ་དུ་བྱིན་ནོ། །སྒྲིགས་མ་དེའི་དུས་སུ་བསྟན་པ་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་དང་ནི་མ་ཡིན་  
ནོ། །བསྟན་པ་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲིགས་བྱ་དེ་ནི་ད་ལྟ་རྒྱ་གར་གྱི་པོ་ཏ་རིའི་ཤར་ལྷོའི་  
མཚམས་སུ་བཞུགས་ཤིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་དགའ་བ་མཛད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་དེ་ནི་ཆེར་བཞུགས་པ་དང་ལྡན་པ། བྱང་པར་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ། བྱང་པར་སྟོབས་དང་  
ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ། རེས་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་ལ་ཆོས་ལྷ་བ། རེས་མགོན་པོ་  
བྱམས་པ་ལ་ཆོས་ལྷ་བ། རེས་མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ལ་ཆོས་ལྷ་བ། རེས་མགོན་པོ་  
འཇམ་དཔལ་དང་། གྲུ་གྲུ་རི་བ་རྣམས་ལ་ཆོས་ལྷ་བ་དང་། ཐུགས་བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ།  
སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་ཤིན་ཏུ་ཁྲོས་པའི་ནག་པོ་ཕྲག་ཕྲག་པའི་མགོན་ཆེན་དེ་བཞུགས་  
བཞིན་དུ་ཉན་ནས་བསྟན་པ་སྤང་བར་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲིགས་མ་དེའི་དུས་  
སུ་འདིར་བྱོན་ནས་དགེ་སློང་གི་ཆས་སུ་ཞུགས་ནས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་གསལ་བར་  
བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་འོང་བ་ཐུབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པ་དང་། མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་  
མེད་དང་། བྱམས་པ་ལ་སོགས་ཀྱི་མངགས་པ་ཡིན་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

སྒྲིགས་མ་དེ་འབྱུང་བའི་ཉགས་འདི་འབྱུང་འོང་། སྒྲིགས་མ་དེའི་དུས་སུ་བཟུང་སྟེ་གྲིག་  
ཏོ་འཛིགས་སུ་བྱང་བ་རྣམས་རྒྱལ་པོར་སྤྲུལ་ཅིང་། རྒྱལ་པོར་སྒྲིགས་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དུག་  
ལྔ་མེ་ལྟར་འབར་ཞིང་རྒྱ་ལྔར་འབྱུག་ཅིང་རྒྱ་ལྔར་གཡོ་བར་བྱས་ནས། བྱང་པར་དུ་ནོར་  
དང་བྱད་མེད་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་ཤིང་། མ་རབས་འབངས་ཀྱི་བྱད་མེད་དང་རྒྱལ་པོ་བསྟོངས་  
ནས། ལྷ་ལྷ་བསྟན་པ་སྤང་བ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་ཁོ་ལ་མ་དགའ་ནས་དམོད་པ་པོར་བས་རྒྱལ་  
པོའི་བསོད་ནམས་ཉམས་པ་དང་། བྱད་མེད་འབངས་མོའི་དབང་དུ་རྒྱལ་པོ་སོང་ནས་རྒྱལ་  
པོའི་རྒྱལ་ཆུགས་པོར་ནས་འབངས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ཉག་ཏུ་འགྲིམ་པ་འོངས་ནས་རྒྱལ་ཁྲིམས་  
འཆོལ་ལོ། །སྒྲིག་ལ་སྦྱོང་བ་དང་དཔག་དང་འབྱུག་ཅོད་ལ་དགའ་བ་དང་། བཙོན་འགྲུས་  
རྒྱང་ཞིང་ནོར་ལ་ཆགས་སེམས་ཆེ་ཞིང་མ་རབས་འབངས་ཀྱི་བྱད་མེད་ཀྱི་གཏོང་བ་



བསྐྱབས་ནས། རྒྱལ་ཁྲིམས་འདིག་ནས། རྒྱལ་ཚུགས་གཏོང་བའི་རྒྱལ་པོ་འབྱུང་། དེའི་ཆེ་  
དེའི་དུས་ན་ཆོ་རིགས་རྒྱད་དང་ལྔ་ན་པའི་བཅུན་མོ་ནམས་ཀྱང་འཁོར་གྱི་མི་ཐོང་པོ་ཞེས་  
འབངས་དང་བསྐྱོངས་པས་བཅུན་མོའི་བསོད་ནམས་དང་བཅུད་ཉམས་ནས་བཅུན་མོའི་ཁ་  
རྩེ་དང་དབང་ཐམས་ཅད་འབངས་གྱི་མི་ཐོང་པོའི་ལག་ཏུ་སོང་ནས། ཉང་གི་རྒྱལ་ཁྲིམས་  
ཐམས་ཅད་འཚུག་ཅིང་། རྒྱལ་པོའི་མི་རིགས་འཚོལ་ནས་རྩེ་རྒྱལ་འཁྱོ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་དུས་སུ་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་བདག་པོ་བདག་མོའི་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་གཉའ་ཤིང་ཞེས་བའམ།  
 དབང་པོ་ཞེས་པའི་སྒོ་དེ། འབངས་པོ་མོའི་ལག་ཏུ་སོང་ནས་རྒྱལ་ཁྱིམ་ས་འབངས་ཀྱི་ལག་  
 ཏུ་ཤོར་བ་ཡིན་པས། དེའི་དུས་སུ་བཀའ་ཡོངས་བསྐྱང་བར་བྱེད་པའི་དབང་པོའི་སྐུ་ཤིང་  
 དེ་རྒྱལ་གྱིས་ཆག་ནས། འབངས་སྡེ་འཁོར་ཐམས་ཅད་མགོ་མང་བེང་དེ་སོང་བ་ནི། ལུག་  
 བཀ་ཅམ་ལ་བསེ་རག་འདེའིག་ལྟར་བ་ལྟར་བེང་འིག་སོང་བ་ནི། རྒྱལ་ཁྱིམ་ས་འཆུག་པའི་  
 བ་རལ་ཏེ་རྟགས་ཡིན་ནོ། །ཕྱི་ནང་གི་སྒོན་པོ་དང་བཀའ་སྒྲོས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་སྒྲོས་རྒྱུང་  
 གིས་པར་བྱ་སྐབས་སུ་རལ་ནས་ནང་ཆེག་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་མི་རྣམས་ལ་རྒྱུང་ལྟར་བྲགས་  
 འོངས་ནས་ནང་ཆེག་དང་ཕྱི་ཆེག་འོ་མ་དང་ཁྲག་འདེས་པ་བཞིན་དུ་དྲངས་སྟེགས་འདེས་  
 བས་དབྱེ་བ་མེད་པར་འཆོལ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཁྲིམས་ར་བ་ལྷན་སྟེ། ཁྲིམས་ཀྱི་འདོག་མཆན་ར་བ་ཞིག་ནས་མི་ཕྱི་ལོ་ཅེ་ར་བ་  
 ལྷུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཡུལ་གཙོ་ལྷན་སྟེ། གཙོ་པོའི་རྒྱ་ཐག་ཆད་ནས། ཡུལ་མི་ལྷན་སྟེ་སོ་  
 སོར་བལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་དུས་ལྷུ་རྒྱལ་པོས་ལྷོན་པོའི་ཁོར་ལ་ལྷོས། ལྷོན་པོས་ཁྲིམས་ར་  
 བའི་ཁོར་ལ་ལྷོས། ཁྲིམས་ར་བ་ནི་གཙོ་པོའི་ཁོར་ལ་ལྷོས། གཙོ་པོས་ཡུལ་མིའི་ཁོར་ལ་ལྷོས་  
 བ་ལྷུང་ནས་ཁྲིམས་དང་ཁྲིལ་ཡོད་དང་རོ་ཆ་མོར་བའི་དོན་གྱིས་ཡུལ་གྱི་མི་ཕྱེས་གཙོ་པོའི་  
 དག་ལ་མི་ཉན། གཙོ་པོས་ཁྲིམས་ར་བའི་དག་ལ་མི་ཉན། ཁྲིམས་ར་བས་གཙོ་པོའི་དག་ལ་  
 མི་ཉན། ལྷོན་པོས་རྒྱལ་པོའི་དག་ལ་མི་ཉན། རྒྱལ་པོ་ལྷོན་པོ་བཅུན་མོའི་དབང་དུ་སོང་།  
 བཅུན་མོའི་དབང་འབངས་ཀྱི་མི་ཚོང་པོའི་ལག་དུ་སོང་ནས། བརྒྱུག་མ་བཅད་ནས་མགོ་

པོའི་རྒྱུ་དུ་བྱས་པས། ཐམས་ཅད་ལ་མ་ལོག་ཅིང་འཆོལ་བར་སོང་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་འཚུགས་ནས་འགོ་བ་ལ་མི་དགེ་བ་སྣ་ཆོག་པ་འབྱུང་བ་ནི་སྟོགས་མ་  
འབྱུང་བའི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །

དེའི་དུས་སུ་ནག་པོའི་སྟོགས་ལ་དགའ་བའི་བདུད་ཐམས་ཅད་ཁ་འབྱུར་བས།  
སྟེས་པ་དང་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་རྒྱུད་གཡོས་ནས་ཐམས་ཅད་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་མེ་  
དབྱུང་གིས་ཤིན་ཏུ་གདུང་བས་བག་ཡོད་པའི་ཚུལ་དང་བྲལ་ཞིང་ཁྲིལ་ཤོར་ནས་ངོ་ཆ་མེད་  
པར། ཐམས་ཅད་འཆོལ་དུ་སོང་བ་ཡིན་པ་ནི། དག་གཉིས་འཆོལ་བར་སོང་བ་དང་། བཟང་  
ངན་འཆོལ་བར་སོང་བ་དང་། དགེ་སྤྲིག་འཆོལ་བར་སོང་བ་དང་། རྗེ་འབངས་དང་དཔོན་  
གཡོག་འཆོལ་བ་དང་། ལས་དང་སྦྱོང་པའི་སྟོབ་འཆོལ་བ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་  
འཆོལ་བ་དང་། གཏམ་དང་རྣ་གཞུང་ཐམས་ཅད་འཆོལ་བ་དང་། རྒྱུ་དང་གོས་དང་བཟའ་  
བ་འཆོལ་བ་དང་། ཟས་ནོར་གསོག་འཛོག་འཆོལ་བར་སོང་བའི་དོན་གྱིས་རྒྱལ་པོའི་  
ཁྲིམས་ཀྱི་ལས་ཀའི་ཆས་རྟགས་ནོར་ལ་བསྐྱར་ནས་གསོག་འཛོག་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་སྤྱི་  
འདབ་སྐོ་ཟས་དང་བཟླས་ནས་འབངས་ཀྱི་ལག་ཏུ་གཏོང་། ཆེ་ཐབས་སྤངས་ནས་མ་རབས་  
འབངས་ཀྱི་ལས་ལ་འཇུག །ཉམ་ཆུང་གཞོན་སེམས་མེད་ལ་ལྷག་པར་ཡང་སྤང་བར་བྱེད།  
ཁེ་བྲག་གཞོན་སེམས་ཅན་ལ་ངོ་དགའ་བྱེད། འིན་ཅན་མཐོང་ན་ཟུར་འགྲོས་བྱེད། བ་  
མེས་ཀྱས་པོ་མཐོང་ན་རྒྱལ་གྱིས་སྟོགས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཐབས་ཀྱིས་བྱོལ། མི་  
དགེ་ལས་ལ་འིན་དུ་གཞོ། རྩལ་མ་ཁ་གསལ་ཅན་ལ་གཏམ་གྱིས་བསྟ། ནོར་ཡོད་དག་པོ་  
ཡིན་ཀྱང་འཇུག་མཐོངས་སྟོན། ནོར་མེད་གཉིས་དུ་སྒྱུར་ཀྱང་ངོ་སྤྲུག་ནག་ཅིང་བྱུར། ཡོན་  
ཏན་ཅན་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ། ངན་འབྲེལ་ཅན་ལ་ཆོག་གིས་བཀྱར། རྣ་གཞུང་སྟོན་གྱི་འབྲེལ་  
རྒྱུ་གཅད། སྤང་མེད་གསར་དུ་འགྲོག་ལ་དགའ། སྤང་སྟོབ་ལས་དང་ཁྲིམས་ཀྱི་གཏམ་  
སྤངས་ནས། ཁྱི་དང་བྱད་མེད་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་ལ་བཙོན། སྟེས་བྱ་ཤེས་རབ་སྟོང་དང་ལྷན་  
པ་མི་བརྟེན་ནས། སྟེས་པ་བྱད་མེད་སྟེའི་འཁྱུར་འདོད་གཏམ་ཅན་ལ་ཉན། གཙུག་ལག་རྟེན་

དང་གིས་སྒྲིག་ཡོད་པའི་ལས་སྤངས་ནས། བྱིན་ཆུབ་དང་དུང་འགྲོ་སྐྱོད་ལ་བཅོམ། མཆོད་གནས་བཏེན་སྐྱབས་སྤངས་ནས་ནི། རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་མ་བཏེན་སྐྱབས་བྱེད། མཆོངས་མེད་ཟླ་མ་བཏེན་སྐྱབས་མི་བྱེད་པར། སྤྲིག་ཅན་དཔལ་པོ་གཏུམ་པོ་བསྐྱོད་བཀྱར་བྱུང་པའི་བསྐྱོན་སྐྱོད་བཤེས་གཉེན་རྒྱ་མཚོ་མི་མཆོད་ནས། ཕྱི་རོལ་པོན་དང་ལོག་ལྷའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་མཆོད་འབུལ་བྱེད། དཀོན་མཆོག་མཆོད་དང་དགེ་བའི་རྒྱལ་བཅད་ནས། དུང་འགྲོའི་སྤྲིག་རྣམས་གཅོད་ཅིང་སྒྲོན་ཞིག་བྱེད་དོ་སྤྲོད། ཁྲིམས་ཀྱི་སྤྲོལ་དང་སྤྲེལ་ཁོར་མི་སྐྱོད་ཞིང་། ལྷག་པར་རང་གི་འཁོར་འབངས་འཕོངས་པ་ཟས་དང་ནོར་གྱིས་མི་བསྐྱང་ནས། སྤང་ཤིག་རྒྱལ་པོ་དང་ཐག་པ་ཁྲམ་པའི་འདུས་གཞི་བཟུང་ནས། དུལ་གྱི་མི་སྤྲེལ་ཁོར་གྱི་གཏོར་ཤིང་བྱེད་ཅིང་། ལྷག་པར་འཁོར་འབངས་ཉམ་ཆུང་བ་རྣམས་ལ་སྤང་བར་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་བདག་ཡིན་ཟེར་བའི་བདུད་ཀྱི་སྐྱུལ་པ་འབྱུང་ངོ་། །

དེའི་དུས་སུ་པ་མགོ་བྱས་གཡོག་བྱ་མགོ་པས་གཡོག ། སུའི་ནོར་པས་འཕྲོག ། པའི་ནོར་བྱས་འཕྲོག་པ་བྱ་པན་ཆུན་དག་རུ་ལང་། པ་བྱ་མིང་སྤིང་གིས་ནོར་ཅོད་པས་པན་ཆུན་དག་རུ་ལྗང་བ་འོང་། སྐྱུག་བསྐལ་དུ་མས་བསྐྱངས་ཤིང་ཤ་ལས་ཆད་པའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཡང་ཕྱི་རོལ་འབྲེལ་མེད་གཞན་དང་འགྲོགས་ནས་དེན་ཆེན་གྱི་པ་མ་ལ་འཕྲོག་བཅོམ་འབར་ཤ་བྱེད། ཆོག་རྒྱལ་རྒྱུད་དེག་བྱེད་ཅིང་དགའ་མཐོང་བ་འོང་། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བསྐྱས་པའི་བཟའ་ཆང་ཡང་སོ་སོར་ཁྱོ་སོ་སོར་བསྐྱེག་ཅིང་པན་ཆུན་ཅོད་པ་འོང་། རྗེ་མོས་ཁོལ་སོ་སོར་བསྐྱེག་རྗེ་སོས་ཁོལ་སོ་སོར་མར་སྤངས་པ་དང་། རོ་ཆ་བྲལ་བས་མིང་སྤིང་བཟའ་ཆང་སྤེལ་པ་འོང་། དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་འཆུག་པས་མི་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་འཆོལ་བར་སོང་ནས། མི་རིགས་ཐམས་ཅད་དན་པར་གྱུར་ནས། སྐྱོད་པ་དན་པ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་དུ་མ་ཞིག་འབྱུང་བ་ཡིན་པ་ནི། བཟང་ལན་དན་གྱིས་འཇུག། དེན་ཆེན་བདུད་རྒྱུ་མཐོང་། སྤྲིག་སྐྱོད་ཅན་མི་དགེ་བ་བྱེད་པའི་མི་གཏུམ་པོ་དུལ་ཁྲམས་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་བྱེད་ཅིང་སྒྲོན་ལམ་འདེབས། ཞེ་སྤང་འཁྲུག་ཅོད་ཀྱི་ལས་ལ་འཇུག་ཅིང་།

གོ་ཁབ་དང་མཆོན་ཆའི་ལས་ལ་བཅོན། དབྱང་ཆེན་པོས་དབྱང་ཆུང་འཕྲོག་པར་བྱེད་པ།  
ནོར་ལ་རྟ་མགོ་མཐོ་བར་འོང་། དབང་ཐམས་ཅད་བྱད་མེད་ཀྱིས་འཛིན་པར་འོང་། ཁྲིམས་  
བདག་དབྱང་ཆེན་ཀྱིས་བྱེད་གཙོ་ལྟོན་ཐམས་ཅད་ཟོག་པོ་ཅན་ཀྱིས་བྱེད་པར་འོང་། གྲོས་  
ལུག་ཐམས་ཅད་ཁམ་པས་བྱེད་པར་འོང་། ཀུན་དང་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་མ་ཆེ་བར་འོང་། མི་དགོ་  
བསྐྱབ་ལ་སྟོན་པར་འོང་། དགོ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་འབྲུ་བཞད་བྱེད་པར་འོང་། ཤེས་རབ་ལྡན་  
པ་རྒྱུ་མར་འོང་། ལྷན་པོ་རྣམས་ནི་བདེན་པར་འོང་། ཡོན་ཏན་ཅན་ནི་སྟོན་དུ་འོང་། མི་  
མགོ་བསྐྱོར་ལ་ཅིས་སུ་བྱེད། བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ཐན་དུ་མཐོང་། ལོག་ཆོས་ཅན་ལ་སྣ་རུ་  
ལྟ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་རྒྱབ་གཞུང་བསྟན། སྤྲིག་པའི་ཕྱོགས་པོ་བར་དུ་གྲངས།  
གཞན་པན་སེམས་དང་ཆེག་འཇམ་གཏན་ནས་སྤངས། གཞོད་པའི་སེམས་དང་ཆེག་རྩལ་  
སྤྲུ་ལ་བཅོན་པར་བྱེད། ཆེ་སེམས་འཛིན་དང་སྟོ་ཡང་བརྟན་པ་ནི་ཤིན་དུ་ཉུང་། རན་བན་  
ཅན་དང་སྟོ་མེད་པ་ནི་ས་སྤེང་བྲལ། གཉེན་འབྲེལ་ཤིན་དུ་མཐུན་ཀྱང་དག་དུ་ལངས་པ་ནི་  
མང་བར་འོང་། དག་སྤང་ཅོད་པ་ནི་ལྟར་ཆེ་གྱུར་ཀྱང་། །ཕྱི་ནང་གཉེན་དུ་བསྟན་པ་ཁོ་ན་  
འོང་། །ཟས་ནོར་མཐོང་ན་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་འཆོང་། །བྱད་མེད་མཐོང་ན་རང་སྟོག་པངས་  
མེད་གཏོང་། །ཟ་མ་མཐོང་ན་བཅན་དུག་ནག་པོ་ཡིན་ཀྱང་བཟལ། །འཕྲོག་རྒྱུ་མཐོང་ན་མཛེ་  
པའི་ནོར་ཀྱང་འཕྲོག། གསོད་རྒྱུ་མཐོང་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་འབྲུམས་གསོད། །གཞོམ་རྒྱུ་མཐོང་ན་  
དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་ཡང་གཞོམ། །ལས་ཀྱི་དབང་གིས་པའི་བྱ་ནི་ཉུང་། །ལས་ཀྱིས་མ་  
བསྟོས་པ་མེད་དུ་ཡིས་ས་སྟེང་གང་བ་འོང་། མི་གངས་ཅན་ཀྱིས་ཡུལ་བཟུང་ཞིང་། མི་  
གངས་ཉུང་རྣམས་ས་མཐར་སྐྱུག་པ་འོང་། ཁམ་སྤེས་ཡུལ་གྱི་ཁ་ལོ་སྐྱུར་བྱེད་ཅིང་། ཁྲིམས་  
བདག་རང་གི་ཁྲིམ་དུ་མོ་བཞོ་བྱེད་པ་འོང་། གཙོ་ལྟོན་རྣམས་ཀྱང་སྐྱབས་མེད་ཉམ་ཆུང་སྟོ་  
གྲོས་བཅོན་པར་བྱེད་པ་འོང་། ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱི་རྟ་དང་གོ་མཆོན་གྱི་ལས་ལ་བཅོན་  
པར་འོང་། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ཁྲིམས་གཏམ་བྱུར་ཆེག་ལ་བཅོན་པར་འོང་། བྱ་ཆ་

རྣམས་ཀྱི་ཤོ་དང་མདའ་བསྐྱབ་པ་དང་། དོམ་ལ་བཙོན་པར་བྱེད། ལུ་མོ་རྣམས་ཀྱང་ཀར་  
རྒྱུ་ཁྱོ་བོའི་ལས་ལ་བཙོན་པར་བྱེད། མི་རིགས་བཟང་པོ་ནི་སྤེལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བའོ། །

མི་རིགས་ངན་པ་ནི་མ་སྤེལ་ཀྱང་འཕེལ་ནས་ངན་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་ལས་སྟོན་གྱི་  
ཡུལ་ཐམས་ཅད་རྒྱས་པར་བྱས་ནས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པས་ཀྱང་བྱེ་བསལ་དཀའ་  
བའི་དུས་འོང་། བྱད་པར་མི་དགེ་བ་ལ་བརྟེན་པའི་ལས་གང་དང་གང་ཡིན་འདི་དང་འདི་  
མིན་བྱ་བ་འབྱེད་དཀའི་ལས་སྤྱོད་ཆོགས་པ་འདི་གཉིས་ན་ད་ལྟ་ཡན་ཆད་དུ་སྤར་སྤྲིག་པ་ལ་  
ཡོད་པ་དང་གྲགས་མ་སྟོང་བ་དུ་མ་ཞིག་བརྗོད་དུ་མི་རུང་བ་མང་པོ་ཞིག་འདྲེས་ནས་འོང་བ་  
ནི། དཔེར་ན་ནད་པ་སྤྱོད་ལ་སྤར་ནད་མ་སོག་པའི་དུས་སུ་ཡོད་མ་སྟོང་ཡང་ནད་ཀྱིས་  
ཐེབས་པ་ན་འབྱུང་བ་གོ་ལོག་ནས། ལུ་རམ་ཐོས་ཀྱང་རོ་ཤིན་ཏུ་ཁ་ལ། བལ་གྱི་ནད་དུ་ཉལ་  
ཡང་ཤིན་ཏུ་རྩལ་ཅིང་། ཤིན་ཏུ་བདེ་བའི་གནས་ཀྱང་མི་བདེ་ཁྱོབས་སེ་ཡོད་ལ། ཤིན་ཏུ་  
བྱམས་པའི་གཉེན་དང་སྦྲན་པ་ལ་ཡང་ནད་ཆོག་ཟ་ཞིང་ཡིད་འཁྲུག་པ་ཞིག་འོང་ཞིང་།  
ལུས་ལ་ཡང་ནད་ཀྱི་ཇི་མ་ངན་པ་འབྱུང་བ་དེ་ནི་ནད་འཁྲུག་པའི་རྟགས་ཡིན། དེ་དང་དོན་  
འབྲེལ་བར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཐ་མ་ལ་དེ་ལྟར་བཤད་པ་རྣམས་འབྱུང་བ་དེ་ནི། རྒྱ་  
བས་ཐོས་སམ་ཡིད་ལ་བླན་པས་ཀྱང་ཡང་བའི་ལས་སྟོན་པ་ངན་པ་ཁྲག་དང་འོ་མ་འདྲེས་  
བའམ་བ་སྤྱད་དང་། རྟ་སྤྱུ་འདྲེས་བའམ། ཁྱི་ར་པག་གསུམ་འདྲེས་བའམ། ཁྱི་ནག་པས་སྤྱུག་  
པའི་སྤྱུག་པ་ཤིན་ཏུ་ངན་པ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་བྱེ་བསལ་མེད་པར་ཐམས་ཅད་འཆོལ་བར་སོང་  
ནས། ལས་དང་བྱ་བ་བྱེད་པ་གང་དང་གང་བྱས་ཀྱང་རྩ་བ་བྱད་མེད་ཁྲམ་པ་ལ་ཐུག་ནས་  
བྱད་མེད་ཁྲམ་པ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་ཐམས་ཅད་སོང་ཞིང་། བྱད་མེད་དང་ཁྲམ་པས་འདི་ག་  
རྟེན་ན་དབང་བསྐྱར་བ་འོང་། དེའི་དུས་སུ་ཆོས་པ་ཚུལ་དང་མཐུན་པས་ཆོས་སྤྲིང་ནས་བྱེད་  
པ་ནི་ཤིན་ཏུ་དགོན་པས་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་དང་འབྲས་ལྟ། འོན་ཀྱང་ཆོས་སྤྲིང་ནས་བྱེད་པའི་  
བཤེས་གཉེན་དམ་པ་གཅིག་ཅུ་ཤོན་ཀྱང་། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བག་རྟལ་གྱིས་མི་གོས་  
པ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་བསོད་ནམས་ཟད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དམ་པ་དེ་ལ་མཆོད་པར་མི་

བྱེད་ནས། ངན་ཆོག་སྤྲོ་ཞིང་སྤྲོད་པར་བྱེད་པ་འོང་། ཆོས་མཉན་སྤྲོད་པའི་ལོག་ལྟ་ཅན་ཞིག་  
མཐོང་ན་སེམས་ཅན་བསོད་ནམས་ཟད་པ་རྣམས་ནི་སྤྲང་ནག་གཅིན་དེ་ལ་འཆོག་པ་  
བཞིན་འདུས་ནས། མཆོད་ཅིང་སྤྲོ་བ་སྤྲོག་པ་འོང་། སྤྱི་པོ་པོ་མོ་ཆོས་སྤྲོད་ཆེན་པོ་སྤྲོ་བར་  
བྱེད་པ་འོང་སྟེ། དེ་ནི་སྤྲོགས་མ་དེའི་དུས་སུ་དཀར་ཕྱོགས་སྤྲོད་པའི་སྤྲང་མ་ཐམས་ཅད་  
དབང་ཚུངས་ཁ་ཞན་ལ། ནག་པོའི་བདུད་ཐམས་ཅད་དབང་ཆེ་ཞིང་ཁ་འཕྱར་བའི་སྤྲོ་བས་  
ཀྱིས། ཆོས་ལོག་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་ཟས་འོར་དང་ལོངས་སྤྲོད་འདུས་ཤིང་མི་ནག་གིས་  
བཀྱར་ཞིང་སྤྲོ་བ་སྤྲོག་པ་ཡིན། དམ་པ་རྣམས་ལ་བདུད་ཀྱིས་བར་ཆད་བཅམས་ནས་  
ཟས་གོས་མི་སྤྲོད་པ་དང་། ནད་འཆེ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་དང་། ཉམ་ཚུངས་བར་འགྱུར་བ་ཡིན།

གཞན་ཡང་སྤྱི་པོ་དད་པ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཆོག་མཆོད་པ་ལ།  
བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་དང་། ཉེས་པ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་འབྱུང་དུ་བཅུག་ནས་སྤྱི་པོ་དེའི་སྤྲོ་བ་  
བྱས་ནས་དགོན་མཆོག་ལ་བདེན་པ་མེད་ཅེས་སྤྲོ་བ་འོང་། གཙུག་ལག་ཁང་དང་སྤྱི་གནས་  
རྣམས་ལ་འཐབ་ར་བསྐྱོར་ནས་དགོན་པར་དམག་ར་བཟུང་བ་འོང་། མ་ཉེས་པའི་སེམས་  
ཅན་བསད་ནས་ཤུག་གིས་དགོན་མཆོག་མཆོད་པ་འོང་། རྩུ་མ་དང་ཁམ་པ་ནི་དགའི་  
ལུལ་དུ་བྱིན་ཀྱང་ཟས་སྤྲོད་ཅིང་མགོ་ཐོན་ལ། བདེན་སྤྲོད་ཅན་དང་ཉམ་ཚུང་ནི་རང་བྱིས་དུ་  
འདུག་ཀྱང་གཉེན་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོས་པོ་བྱེད་པ་འོང་། ཆོས་སྤྲོད་ནས་བསྐྱུ་བ་པའི་དམ་པ་དང་།  
བདེན་སྤྲོད་ཅན་དང་ཉམ་ཚུང་གི་མགོ་ནི་དམའ་བའི་དུས་ཡིན། འོར་མཐོང་ན་གཅན་གཟན་  
གཏུམ་པོའི་ཆང་དུ་འང་མཆོང་། ཟས་མཐོང་ན་གཤིན་རྗེའི་པོ་བྱང་ནི་ཡིན་ཀྱང་འཇུག་། སྤྲོ་མ་  
མཐོང་ན་དུག་ཆུ་ཡང་འཕྱར། གོས་ལ་རེ་བ་ནག་པོ་གྲོན། མགོ་ལ་སྤྱུ་འཕོལ་ནག་པོ་ཁུར།  
ཀྱང་ལ་བདུད་ཀྱི་གོས་ལྷམ་ནག་པོ་དཀྱིས། ལུས་ལ་མཆོན་ཆ་སྤྲོ་ཆོགས་ཐོགས། ལོངས་  
སྤྲོད་ཤིང་དང་ཁག་ལ་བྱེད། ལས་སྤྲོད་མི་དགའི་སྤྲོ་བ་སྤྲོག་སྤྲོད་སྤྲོ་ཆོགས་པ་ལ་བྱེད། ཟས་དང་  
འོར་ལོད་ན་དག་པོ་དང་དུག་གི་སྤྲོད་པོ་ཡིན་ཀྱང་འཛིན་འཕྲད་བྱེད། ཟས་འོར་མེད་ན་པ་མ་  
དང་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་ཡིན་ཀྱང་། རིང་དུ་འདོར་ཞིང་སྤྲོད་བར་བྱེད། རི་ལྷར་མཛའ་ཞིང་མཐུན་



དེའི་དུས་སུ་རྒྱལ་ཁྲིམས་གསེར་གྱི་ཐག་པ་ཆད་ནས། རྒྱལ་ཁྲིམས་རང་ཞིག་ཏུ་  
སོང་ཞིང་། འཛིག་ཏེན་ཀུན་ན་ཐོག་མའི་ཁྲོད་ཁྲེར་གྱི་རྩོམ་པ་བཀྲགས་པ་བཞིན་དུ་ཕྱར་བེང་  
སོང་བ་ཡིན་པ་ནམས་ནི་རྒྱལ་ཁྲིམས་འཆུགས་པའི་ཏྲགས་ཡིན་པ་དང་། འོག་ལྷའི་བདུན་  
གྱི་ཁ་འཕྱར་བ་དང་། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཐ་མ་ལ་བབ་པ་དང་། སྟིགས་མ་བདོ་བ་  
དང་། དེ་ནམས་ཀྱི་ཏྲགས་ནི་དེ་ལྟར་བཤད་པ་དེ་ནམས་ཡིན། རྒྱས་པར་བཤད་པའི་ཆོད་  
མ་མཆིས། འདྲའི་ལས་སྒྲོད་མཐོང་བས་ནི། །སྤང་མོང་ཡི་སྒྲོ་སྤྲོང་འདར། །ཡིད་སེམས་  
འཁྲུག་པའི་མཆི་མ་འབྱུང་། །སྤང་བ་གཡོ་ཞིང་ཡ་རེ་དང་། །བ་སྤྱ་གཟེངས་ཤིང་ལུས་ཀྱང་  
སྤྲིད། །དེ་བས་བཤད་པའི་ཡིད་སེམས་སྤོངས། །ཅུང་ཟད་བཤད་པའི་ཆོག་ཐོ་ནམས། །མ་  
བརྗེད་ཡིད་ལ་འཇགས་པར་གྱིས། །མ་བཤད་སྤྲོད་གི་དཀྱིལ་དུ་སྤོས་ཤིག་ཨང་། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །བསོད་ནམས་རྒྱན་གྱིས་ཞུས་པ་ལས། མ་འོངས་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་འཆུག་  
པར་ལུང་བསྟན་པའི་ལེའུ་སྟེ་དགུ་བཤོ། །

### ལེའུ་བརྒྱུ་ལ། བསོད་ནམས་རྒྱན་དང་རྒྱན་ཆེན་མའི་ཞུས་ལན།

དེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཡང་བསོད་ནམས་རྒྱན་གྱིས་ཞུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། དེ་འདྲའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་  
འཆུག་པའི་དུས་སུ་ཆོས་ཁྲིམས་ལའང་ཅི་འདྲ་ཡོང་། ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་གམ་མི་  
འཆུག། ཆོས་ཀྱི་དར་ཆ་གང་ལ་བྱས་པ་འོང་ལགས་སམ། ཞེས་ཞུས་སོ། །ཡང་མ་ཅིག་གི་  
ཞལ་ནས། གྱེ་རིགས་ལྡན་པོ་མོ་ཀུན་ཉོན་དང་། རྒྱལ་ཁྲིམས་འཆུག་པའི་དུས་སུ། ཆོས་  
ཁྲིམས་ཡང་ཉམས་པའི་སྐབས་ཤིག་གི་དུས་སུ་ཆོས་ཁྲིམས་ལ་ད་ལྟ་བས་ཀྱང་གསལ་བ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཚུལ་བཞིན་སྤྲོད་བའི་དགོ་སྤོང་གཅིག་འབྱུང་སྟེ། བསྟན་པ་མར་  
འགྲིབ་ལ་བབ་པས་ཡུན་རིང་པོར་མི་སྤྲོད། ནམ་མཁའི་འཇམ་བཞིན་དུ་ཡལ་བར་འགྱུར་  
བས། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་མ་རུབ་ཀྱི་བར་དུ་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པར་རུས་



པ་ནི་མི་འབྱུང་ངོ། །ཆོས་ཀྱི་དར་ཆ་ནི་ཐོས་པའི་ཆོག་སྐྱམ་རྒྱུ་པ་ལ་བྱས་ནས་ཚོད་པ་  
རྒྱས་ཏེ། འབྲུག་པའི་གཞི་མར་གྱུར་ཅིང་། ཉགས་ཙམ་འཛིན་པའི་དུས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

ཡང་བསོད་ནམས་རྒྱན་གྱིས་ཞུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། ཆོས་ཁྲིམས་ཉམས་པའི་  
དུས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་དགོས་ངེ་གང་ལགས། བསྟན་པ་  
གསལ་བ་དེ། དེ་ལྟ་བུས་ལྷག་གམ། སྟོན་བྱུང་ངམ། འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བསྟན་པ་དར་བར་  
བྱེད་པའི་དགོས་ངེ་མ་བྱུང་བར་དུ་བསྟན་པ་ལ་དར་བྱུང་འོང་ངམ། ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་  
ཅིང་བསྟན་པ་ཉམས་པའི་ཉགས་ལ་ངེ་འདྲ་བ་འོང་ལགས། ཞེས་ཞུས་པས། ཡང་མ་ཅིག་  
གི་ཞལ་ནས། སྐྱེས་པའི་ལས་སད་རིགས་ལྷན་བསོད་ནམས་རྒྱན། །བད་མའི་མདངས་  
ཙན་ཆགས་བྲལ་ཞི་དུལ་ཙན། །ཡིད་འོང་ལྟ་སྐྱེས་སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་གྱུས། །དད་བཙོན་  
ཤེས་རབ་ལྷན་པའི་ཐི་བ་མཁས། །མ་གཡོང་གྱུས་པས་ཉོན་དང་བྱ་སྟོབ་གྱུན། །གངས་ཙན་  
ཁོད་འདིར་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་འདི། །དར་བྱུང་འབྱུང་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཡིན་ནོ་བཤད་གྱིས་  
ཉོན། །སྟོན་བྱུང་དུས་སུ་དམ་ཆོས་པོད་ཁམས་སྤྲེལ་བྱུང་ལ། །དུས་རྒྱུད་བོན་གྱི་བསྟན་པ་  
དར་བའི་ཆེ། །སངས་རྒྱས་སྟོན་མའི་ནམ་འབྲུལ་རྒྱལ་པོ་ནི། །སྟན་བཙན་ཞེས་པ་ཆོས་སྐྱ་  
སྟོན་པ་བྱུང་། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཡུན་རིང་དུས་གཅིག་ལ། །འཛིག་རྟེན་དབང་ལྷག་དངོས་  
ཉིད་པོད་དུ་གདུལ་བྱའི་དོན། །མི་རུ་སྤྲུལ་པའི་མི་དབང་རྒྱལ་པོ་ནི། །སྟོན་བཙན་སྐྱམ་པོ་  
ཞེས་བྱའི་རིགས་ལྷན་བྱུང་། །དམ་ཆོས་སེང་གའི་སྐྱ་སྟོན་དུས་རྒྱུད་ཨ་ཆོགས་པམ་བར་  
མཛད། །བྱུང་བསྟན་སྟོལ་བཏོད་པོད་ཡུལ་ལྷན་པ་བསལ། །རྟེན་གསུམ་པོ་བྲང་བཞེངས་  
སོགས་ལྟ་སྟེ་དཔག་མེད་བཙུགས། །འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟོལ་ནམས་བཏོད། །བོད་  
ཁམས་འགྲོ་བ་བདེ་ལ་བཀོད་མཛད་ཕྱིར། །བསྟན་པ་ལྷག་པར་སྟོང་བའི་བོད་ཇིའི་བཙུན་མོ་  
གཉིས། །རྒྱ་ནག་བལ་པོའི་མི་དབང་སྤྲས་མོ་ནི། །འཁོར་བའི་འཛིགས་སྟོབ་སྟོལ་མའི་སྤྲུལ་  
པ་གཉིས། །སྟོན་ལམ་ལས་མཐུན་སྟོང་བཙན་རྒྱུང་མར་གྲང་བའི་དུས། །སངས་རྒྱས་

དངོས་ཉིད་མཚུངས་འདྲའི་གཟུགས་སྒྲུབ་མཚོགས། །འཛེམ་གླིང་འགྲོ་བའི་གཙུག་གི་རྒྱུ་ལྟར་  
པ། །རྩོམ་པ་ལྟའི་གཙོ་བྱས་ཏེན་རྣམས་སྒྲུབ་བྱངས་ནས། །པོད་ཡུལ་དབུས་བཞུགས་  
བསོད་ནམས་ཞིང་ལྟར་དང་། །རྒྱ་གར་མཁས་པའི་ལེགས་བཞད་བདུད་ཅིའི་ཆུ་རྒྱུ་  
ཀྱིས། །གངས་རིའི་ལྗོངས་ཀྱི་འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་བྱི་མ་འཁྱུད་པ་རྣམས། །དུས་དེར་  
འཛོམས་པས་ཐུབ་བསྟན་དར་རྒྱས་ལྟག་པར་བོད་དུ་བྱུང་། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཡུན་རིང་  
བར་དུ་ནི། །སྤང་མཐའི་སྒྲུལ་པ་བད་འབྱུང་ལ་ལོགས་ཏེ། །མཁས་བྱུང་དུ་མའི་ཆོགས་  
རྣམས་དཔག་མེད་དང་། །རྒྱལ་བའི་རྣམ་འབྱུང་བོད་དུ་འཛོམས་པའི་ཆེ། །བསྟན་པ་དར་  
རྒྱས་ཡུན་རིང་བྱུང་བའི་མཐའ་སྐབས་ལ། །རྒྱ་ནག་མ་རྒྱལ་འདི་སློབ་མ་ཞིག་གིས་ཆོས་  
ལོག་སྟོན་པ། །ཤི་ག་མ་ལས་འདུལ་བྱས་སོ། །བདུད་སྒྲུལ་བོད་རྩི་གླང་གི་མཆོན་ཅན་  
ཀྱིས། །བསྟན་པ་བདུན་ཅུ་ལོ་བར་བསྐྱབས་པའི་རྒྱུ་། །བསྟན་པའི་མེ་རི་རྒྱ་ནག་ཕྱོགས་  
ནས་ཡར་ལྗང་ནས། །བསྟན་པའི་འདུལ་ཁྲིམས་དར་རྒྱས་དབུས་སུ་འབྱུང་བ་དང་། །ད་  
ཉིད་བོད་ཡུལ་ལ་བ་ཕྱིར་བྱུང་བར་ལྟར་པ་དང་། །རྟེན་འབྲེལ་འཛོམས་པའི་ད་ལྟ་བསྟན་པའི་  
དར་ཆ་འཛོམས་པ་སྟེ། །འདི་ནས་ཕྱིས་འབྱུང་ཡུན་རིང་སྐབས་ཤིག་དུས། །བསྟན་པའི་བར་  
ཆད་སྟུན་སྐབས་ཤིག་འོང་སྟེ། །ཐུགས་ཆས་འཛིན་པའི་ཆོས་ལོག་དར་བར་འབྱུང་། །འགྲོ་  
བ་དཔག་མེད་ལོག་ལས་སྒྱུར་བའི་ཆེ། །དེ་ཡི་གཉེན་པོ་རྒྱ་གར་ཡུལ་ཀྱི་དབུས་ཉིད་  
དུ། །མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱུ་མཚོགས་དུ་ལྟར་པ་ནི། །སློབ་མས་བྱིན་རྒྱལ་མར་མེ་མཆོན་  
ཅན་ཉིད། །ལྟའི་སློབ་འཛིན་དག་སློང་བོད་དུ་བྱོན། །ཕྱི་སློང་གསུམ་ཀྱི་ཉི་མ་མཁའ་ལ་  
ཤར། །ཆོས་ལོག་སྟུན་པའི་དབྱེད་རྣམས་བརྒྱལ་ནས་ནི། །བསྟན་པ་གསལ་བྱེད་འདུལ་  
ཁྲིམས་སྟེ་རྣམས་བཅུགས། །ཆོས་ཁྲིམས་དར་ཞིང་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་རྒྱས་པའི་  
སྟེང་། །རྒྱུ་བྱེད་ཉམས་པའི་བར་སྐབས་བྱུང་བ་ན། །ས་དགར་ལོགས་ཀྱི་ལོ་ཐང་ས་སྒྲུ་  
པ་ཉི་ལྔ་པ་དེར་སྒྲུ་མོ་དེ། །ཆངས་པའི་རིགས་ཅན་ལྟ་ཡི་སྤྲུལ་ས་ཆེན་ཀུན་དགའ་སྟོང་པོ་ཀྱིས་  
བཟུང་། །ཞང་ཞུང་ཡུལ་རྣམས་སྟེ་སྟེས་བཅུད་པ་འོང་། །རྟེན་གསུམ་པོ་བྱང་བསྟན་སྤང་

དེར་གནས་ཏེ། །འཇམ་དཔལ་རྣམ་འབྱུང་བྱུང་བཞིས་འགྲོ་བ་འདྲེན། །ཁྱད་པར་ལྷག་པར་  
མི་གཡོའི་སྤྱལ་བ་ནི། །དཔལ་གྱི་ས་སྐྱ་པཎྜི་ཏ་ཆོན་ཅན་མཆོན་ལྷན་སྒྲིམ་བྱ་འབྱུང་། །ལྷ་  
སྟེགས་བརྒྱལ་ནས་ཤུག་ཏེ་བསྟན་བ་རྒྱལ་བ་སྟེ། །བསྟན་བཅོས་ཉམས་བ་གསོས་དང་  
བསྟན་པའི་བ་དན་ནམ་མཁར་འབྱུང་། །བསྟན་བ་མི་བྱབ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་  
འདྲིན། །བསྟན་པའི་རྒྱལ་ཆོས་དམ་བ་དེ་འདྲ་འབྱུང་། །དེ་ནས་འགའ་ཞིག་འདས་པའི་ཡུན་  
རིང་དུས། །སྟེགས་མ་ཚོད་བ་རྒྱས་པའི་དུས་འབྱུང་སྟེ། །འདུལ་ཁྲིམས་འཆོལ་བའི་བསྟན་  
བ་ཉམས་གྱུར་ཅིང་། །ཆོས་ཁྲིམས་མི་གཅིང་ཉོན་མོངས་ཆགས་པའི་དབང་དུ་  
འབྱུང་། །ལོག་སྟོང་དམ་ཉམས་དབག་མེད་འབྱུང་བའི་དུས་ཉིད་དུ། །བྱ་མོ་ཁྱོད་ཀྱིས་དྲིས་  
པའི་དགོ་སྟོང་དེ། །མ་འོང་བསྐྱལ་བཟང་སངས་རྒྱས་བརྟན་བ་དེ། །ད་ལྟར་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྟོབས་ལྷན་མཆོག་། སྟོང་སྟོབས་བསྐྱེད་བ་སྟོན་ལམ་དབང་གིས་ནི། །སྟེགས་  
དུས་ལོག་པར་སྟོང་ཆེ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱུང་། །དགོ་སྟོང་ཆུལ་འདྲིན་གྲགས་པའི་མཆོན་  
ཐོགས་ཏེ། །ལུང་རིགས་སེང་གེའི་ང་རོ་རབ་བསྐྱགས་པས། །ཁྲིམས་འཆལ་ལོག་སྟོང་  
སྟོབས་བ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན། །ཁྲིམས་འཆལ་དབག་མེད་ཡང་དག་ཁྲིམས་ལ་སྟོར། །བྱབ་བ་  
ཉིད་ཀྱི་སྟོལ་ལུགས་རི་བཞིན་མཚུངས་བ་ཡིས། །འདུལ་ཁྲིམས་སྟོལ་བཏོད་སྟོན་པའི་ཆས་  
ཏྲགས་འདྲིན། །ཁྱད་པར་ལྷག་པའི་བསྟན་བ་གསལ་བྱེད་དགོ་སྟོང་མཆོག་། །མཐའ་ཡས་  
རྒྱད་སྟེའི་ཆོགས་ལ་མངའ་བརྟེན་པས། །རྒྱད་སྟེ་རྒྱ་མཆོའི་དགོངས་པའི་བཅུད་ལྷུང་  
ནས། །དྲི་མེད་གསུང་གི་འོད་ཟེར་དབག་མེད་ཀྱིས། །མཐས་ཡས་འགྲོ་བའི་ཚོངས་ལུན་  
སེལ་བར་བྱེད། །

བསྐྱབ་གསུམ་སྟེ་སྟོང་གསུམ་སོགས་གཞུང་ལུགས་རྣམས། །ལྷག་པར་གསལ་  
བར་བྱེད་ཅིང་དོན་རྣམས་མངོན་སྲུང་ནས། །གདུལ་བྱར་གྱུར་པའི་སྐལ་བ་ལྷན་རྣམས་ཆེས་  
པར་བྱེད། །སངས་རྒྱས་འཇམ་གླིང་དུས་ཁྱོན་ཐོག་མར་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་  
དང་། །མཚུངས་འདའི་དགོ་སྟོང་འགན་ཁུངས་བ་དེ་བྱུང་སྟེ། །བསྟན་བ་ཡུན་རིང་མི་སྟོང་

ནམ་མཁའ་སྒྲོག་ཅམ་ལྷུང་དུ་ཡལ། །སངས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་ཕྱི་རྫོ་མར་བབ་དུས་ཡིན་  
པས། །ལོག་ཉིག་བདུད་ནམས་ཁ་འཕྱར་ཅོད་པ་རྒྱས་པར་འབྱུང་། །དེ་དུས་རྒྱལ་ཁྲིམས་  
ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་པ་དང་། །སྟིགས་མ་ལྡ་པོ་བདོ་བའི་དུས་ཡིན་པས། །ཆོས་ཁྲིམས་  
འཆུག་ཉགས་ཆོས་འཆད་འདི་འབྱུང་། །གྲུབ་མཐའ་སྤྱ་སྐད་སྟོན་པ་འགའ་ཞིག་འབྱུང་  
བ་ཡི། །ཡིག་ནག་སྒྲོག་པའི་ཆེག་སྐམ་མང་འདེན་ཡང་། །ཐེག་ཆེན་ལྷ་བའི་བྱད་པར་མ་  
ཤེས་ནས། །བདག་འཛིན་འགོང་པོ་མ་ཐུལ་འཕེལ་འགྱུར་བས། །ཆེ་འདིར་ཞེན་པའི་སྟན་  
གྲགས་འདོད་པའི་ཕྱིར། །འཁོར་མང་བསྐྱས་ནས་ཉན་བཤད་བྱེད་མོས་ཀྱང་། །འདོད་པ་  
ཁོང་དུ་བརྟུག་པའི་ཁེངས་སེམས་རབ་དུ་རྒྱས། །རང་བས་མཁས་པའི་བདེན་པའི་ཆེག་  
མདའ་དེ། །རང་གི་སྟོང་ལ་རྒྱག་པའི་མཆོང་ཆེ་ཁོང་ཁོ་འབར། །མཁས་པའི་བདེན་ཆེག་  
བདེན་པར་མཐོང་ན་ཡང་། །རང་མཆོང་ཡིན་ཕྱིར་བདེན་པའི་ཆེག་ལ་སྟོད་བྱེད་ཅིང་། །གྲུབ་  
མཐའ་ལོག་པར་བརྒྱང་ནས་ཉན་མོངས་འཕེལ་བར་བྱེད། །རང་བས་ལྷག་པའི་བསོད་  
ནམས་བསགས་པ་གཞན། །སྟུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་འཁོར་མང་མོངས་སྟོད་འདུ་བ་མང་། །ལྷ་  
མིན་ལྷ་ཡི་དཔལ་ལ་ཅོད་འབྱུང་བའི། །སྤག་དོག་དབང་གིས་གཞི་མེད་སྟོང་ན་བསམ་པས་  
འདོགས། །སངས་རྒྱལ་བསྟན་ལ་ཕྱོགས་རིས་བགོ་བཤའ་བྱེད། །དམ་པའི་ཆོས་ལ་བདག་  
འཛིན་ཐེ་གུས་བཏགས། །བདེར་གཤེགས་སྐྱུ་ལ་ཕྱོགས་རིས་སྒྲུང་དོར་བྱས། །ནང་པའི་  
གྲུབ་མཐའ་བརྒྱུགས་ནས་ཅོད་གཞི་བརྒྱང་། །དགེ་སྟོང་འདུལ་བ་འཛིན་པས་དམག་དཔོན་  
བྱེད། །དགེ་ཚུལ་གོ་མཆོན་ཐོགས་ནས་འཐབ་ལ་བཅོན། །གྲུབ་མཐའ་ཅོད་པའི་ཆོས་སྐད་  
ཆེན་པོ་འདོན། །འབྲུག་ཅོད་གོང་མའི་ཞབས་ཉིག་བྱེད་པར་འདོད། །ཕྱོགས་ཆ་སྐྱུག་ཞེན་  
དམ་ཆེག་བསྐྱར་སྐད་སྤྱ། །ཆེག་སྐམ་གངས་མང་འབྲེལ་བར་གྱུར་པ་ན། །བསྟན་པ་འཛིན་  
དང་བསྟན་པའི་སྟོག་ཤིང་ཡིན་ཟེར་ནས། །ནམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆེག་ལ་རབ་དུ་དགའ་གྱུར་  
ནས། །ཐོས་པ་མང་པོ་བྱས་པའི་ཁེངས་སེམས་ཀྱིས། །ནང་གི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱང་རིང་  
དུ་སོང་། །དད་དང་མོས་གུས་ཞི་དུལ་གསུམ་དང་བུལ་ནས་ནི། །སྤག་དོག་འགྲན་སེམས་

དག་གི་དབང་དུ་གྱུར། །བསྟན་པ་གཅིག་པའི་མཁན་སྟོབ་ཐོགས་མཆེད་དང་། །བྱད་པར་  
བྱད་མེད་ཟབ་ལམ་མཐུན་པ་དོ་རྩེ་སྟན་རྣམས་དང་། །གང་ཞིག་གང་གིས་སྟོབ་པར་གྱུར་པ་  
རྣམས། །མི་མཐུན་ཚེད་དང་དག་འདུན་ནང་དམེ་བྱེད། །བསྟན་པའི་ནང་འགལ་དགོན་སྡེ་  
འཆོལ་བྱར་འགོ། །བསྟན་པ་ཉམས་པའི་མི་ནག་སྤིད་དུ་བཀོལ། །དམ་ཆིག་ཉམས་པས་  
མནའ་བའི་འབྲེལ་བཞག་ནས། །གཏམ་མཐའ་ཟས་དང་ཁོར་གྱིས་སྟོགས་པ་དང་། །མི་སྡེ་  
ཡུལ་ཁམས་ཀྱན་གྱི་དགྲ་གཤིང་བྱེད། །ཐམས་ཅད་མི་དག་འཁྲུག་པའི་ལས་ལ་སྦྱོར། །དེ་  
འབྲེལ་སྟོན་པ་འགལ་ཞིག་འབྱུང་བའི་དུས། །ཁ་ནས་གསུང་རབ་བྱི་མེད་སིལ་སིལ་  
སྒྲ། །སེམས་ལ་འདོད་སྡེད་མེ་དབྱང་རབ་རྩ་འབར། །ལུས་ལ་འདུལ་བའི་ཆས་རྟགས་མ་  
ལུས་འཛིན། །རེས་འགའ་མི་ནག་དཔག་དཔོན་བྱེད། །རེས་འགའ་བཙུན་པའི་ཆོགས་  
དཔོན་བྱེད། །རེས་འགའ་དཔོན་སྐྱའི་དབྱང་ཐོགས་བྱེད། །རེས་འགའ་བཤད་ཉན་སྟོབ་  
དཔོན་བྱེད། །རེས་འགའ་དགོན་སྡེའི་ཆོགས་དཔོན་བྱེད། །རེས་འགའ་པ་ཆོན་འགོ་འདོན་  
བྱེད། །རེས་འགའ་ཆེ་འདས་འཕྲོན་སྟོན་བྱེད། །རེས་འགའ་ནད་པའི་སྤྲུལ་སྤྱང་བྱེད། །རེས་  
འགའ་ཞལ་ལྷའི་བཅད་གལ་བྱེད། །རེས་འགའ་ཐོང་ཆོག་དཔྱ་སྒྲ་འདེད། །རེས་འགའ་མོ་  
ཁྱའི་ལས་དཔོན་བྱེད། །རེས་འགའ་ཆོང་དཔོན་ཟང་ཟང་གཉེར། །རེས་འགའ་བརྟ་སྤྱང་  
དཔོན་པོ་བྱེད། །རེས་འགའ་ཐོག་ཆས་གསོག་འཛིག་བྱེད། །རེས་འགའ་ལུང་སྟོགས་སྒྲུབ་  
པ་བྱེད་ལ་བཙོན། །རེས་འགའ་ལྷ་མེད་སྤྲུགས་ཆེན་ཐེག་པ་སྟེ། །མི་ནག་པོ་མོ་ཟས་དང་  
ཁོར་ལ་འཆོང་། །རྟེན་པ་འདོད་བྱིར་ཟས་ཁོར་སྦྱིན་ལ་དགའ། །སྤྲུགས་འདོན་གཏོར་མའི་  
ལས་ལ་རུང་ཟད་བཙོན། །མཐུ་ཆེན་དག་པོ་གསོད་པར་སྦྱད་པ་དང་། །འབྲེ་གདོན་སྤུལ་  
སྤྲུལ་བྲེགས་པས་རབ་རྩ་ཁེངས། །དེ་འབྲེལ་སྟོན་པ་འགལ་ཞིག་འབྱུང་བའི་དུས། །ཆོས་  
ཁྲིམས་ཉམས་རྟགས་ཡིན་ནོ་རིགས་ལྡན་ཀུན། །དེ་དུས་བཙོན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱིད་ལམ་འདི་  
འབྲེད། །

མཁན་སློབ་སྒྲུབ་སྒྲར་ཁས་སྒྲངས་ནས། །བཅས་སོགས་སྒྲིམ་སྒྲིམས་བསྐྱེད་བར་  
དམ་བཅས་ཡིང་། །རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཆོས་ཉགས་འཛིན་པར་བྱེད་མོད་ཀྱང་། །ལུས་ལ་  
བཟགས་ན་རབ་བྱུང་གཟུགས། །སེམས་ལ་བཟགས་ན་སྒྲིན་པ་ཉིད་དང་མཚུངས། །སྒྲིད་  
ལམ་བཟགས་ན་ཐ་མལ་མི་ནག་པ། །བྱ་བྱེད་བཟགས་ན་ཨ་ཁྱི་ཉིད་དང་མཚུངས། །སེར་  
གོས་འཛིན་པ་བཅུན་པའི་གཟུགས་བརྟན་འགའ་ཞིག་གིས། །སློག་གཅོད་ལ་སོགས་ལུས་  
དག་ཡིད་གསུམ་མི་བཅུན་ཞིང་། །ཉེས་པའི་ཅ་བ་སྒྲོས་བྱེད་ཆང་ལ་བག་མེད་སྒྲིད། །ཆོས་  
སྒྲིད་དགེ་བའི་སྒྲོགས་རྣམས་ཆར་བཅད་ནས། །བསྒྲིད་བཀྱར་སྟོན་པ་གང་ཆེ་འགྲན། །ཁོར་  
ལུག་འཆོ་སྒྲིང་ལ་སོགས་འཛིག་རྟེན་དོན་གཉེར་དང་། །མོ་མོ་སོ་ནམ་ལ་སོགས་ཁུར་  
བཀལ་ལས་སྒྲིད་དང་། །ཆོང་དང་བུན་སྒྲིད་ཐེ་སྒང་བསྐྱར་ལ་བཅོན། །མགུལ་དུ་དར་དང་  
མཛེས་པའི་རྒྱུ་ཆ་རྣམས། །ལུས་ལ་སོགས་ནས་སྒྲུ་དང་གར་བྱེད་དང་། །རོལ་ཅིང་དཔག་  
མེད་སྒྲིད་ལ་རབ་ཏུ་བཅོན། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་རྒྱབ་སྒྲོགས་རིང་དུ་དོར། །ཟས་ནོར་  
ཐོག་ལ་ཞེན་ཅིང་སློ་ལུག་གཏད། །གཡོ་སྒྲུ་ཐབས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་དམ་པ་བསྐྱུ། །མཁན་  
སློབ་ཆོས་སྒྲོགས་རྒྱུད་ནས་རིང་དུ་སྤང་། །རི་ཁྲོད་དགོན་པར་དུས་ཤིག་འདུག་མི་  
རུས། །ལུལ་པའི་སྲོང་དུ་བྲི་འབྲས་བཞིན་དུ་ཉལ། །བྲིས་པ་རྣམས་ལ་ཡིད་སློན་བྱེད་ཅིང་  
བཅེ། །སྒྲེ་ཆན་ཤ་ཉེའི་དཔུང་རོགས་བྱེད་ལ་རེས། །དགེ་ལ་བཅོན་པའི་ཆོས་སྒྲོགས་དོར་  
ནས་ནི། །ཁྲམ་པ་རྣམས་ལ་འབྲེལ་ཆད་གཉེན་པོར་འཆོལ། །པ་མ་གན་ཤོན་སྤི་ཁྱུ་སྤངས་  
ནས་ནི། །བྱད་མེད་ཨ་སྒྲུའི་ཁོལ་པོ་བྱེད་ལ་གྲུས། །སེར་གོས་སྒྲིང་དུ་གོ་ཁབ་བྱོན། །ཞོ་  
མཆོན་སོགས་ནས་དཔག་སྒྲར་རྒྱག། །དཔའ་པོ་ཤོད་པའི་བཅུན་པ་སྐྱད་པོར་སྐྱུ། །འབྲུག་པ་  
མང་པོའི་གཞི་མར་བཟུང་། །དམ་ཆོས་ཕྱིར་དུ་ཅུང་ཟད་བཟོད་མི་རུས། །མི་དགའི་སྒྲོགས་  
ལ་སྒྲིང་རུས་སྒྲུག་བསྐྱབ་ཆེ། །ཆེ་གཅིག་འཆི་སེམས་སྐྱད་ཅིག་མི་བྲན་ཉག་བཟུང་  
ནས། །ལུས་སྒྲོག་རྟོས་མེད་ཆེ་འདྲིའི་དོན་དུ་གཏོང་། །བསྐྱབ་སྒྲིམས་བསྐྱེད་ལ་ཆེ་བར་  
རེས། །བག་མེད་སྒྲིད་ལ་རྒྱ་བ་ཤིན་ཏུ་བཟང་། །དམ་པའི་ཆོས་ཕྱིར་སློ་ནི་འགྱུར་སྒྲོག་

མང་། །ཆགས་སྤང་བྱེར་ན་སྒོ་སྒྲ་རབ་ཏུ་བརྟན། །དགེ་བཅུ་སྟུང་ལ་ལེ་ལོ་ཕྱི་བཞོལ་  
 བྱེད། །ཆོས་མིན་བྱེར་ལ་བཙོན་འབྲས་སྤྱར་དུ་བཙོན། །དགེ་འདུན་སྟུང་ལ་སྒོ་སྒྲ་བས་  
 སྟོགས་ནས་ནི། །མི་ནག་པོ་མོ་གཞན་གསོས་ནས། །སྟན་གྲགས་བྱེར་དུ་ཁྱེད་དང་འབྲེལ་  
 འདོད་བས། །ཟས་ལོར་གཏོང་བའི་སྒོ་སྒྲ་བས་ཆེན་པོ་ཡོད། །སེར་གོས་མཆོད་ཆ་རྟེན་  
 བཅས་སོགས། །ཐོག་ལ་བཙོངས་ནས་གསོག་འདོག་བྱེད། །བསྐྱབ་པའི་བཅས་མཆོམས་  
 ཡལ་བར་བོར། །རྒྱ་སྒྲ་ལོག་འཆོའི་ལོར་ཟས་བསྐྱབ། །ཟས་གོས་གཉིས་ཀྱིས་རང་ལུས་  
 མནར་བྱེད་ཅིང་། །བྱི་རོལ་འབྲེལ་མེད་བྱུང་མེད་གསོ། །ཆེ་བོ་བྱས་ནས་ཉོན་མོངས་སྤང་  
 གཞི་སྟག་བར་སྟ། །ཡིད་ལ་དུག་ལྷ་རྒྱན་དུ་སེམས་བར་བྱེད། །ལུས་ལ་བྱིས་པའི་གོས་  
 ཀྱིས་དཀྱིས། །བྱུང་མེད་མཐོང་ན་འབྲིག་ཆོག་སྟ། །མཁས་བཙུན་མཐོང་ན་གཟུང་འགོས་  
 བྱེད། །དམ་ཉམས་མཐོང་ན་དགའ་བ་བྱེད། །མ་སྤིང་མཐོང་ན་ཁྱོ་ལ་འཇུག །མཛེས་མ་  
 གཞན་དག་མཐོང་ན་འཇུག་ཀྱིས་བསྟ། །དེ་ལྟ་བུ་ཡི་རབ་བྱུང་སྐད་བར་སྟ་བ་དེ། །ཉི་མའི་  
 བྱང་ལ་རབ་བྱུང་གཟུགས། །ཆེ་བའི་འོད་ལ་མི་ནག་དེ་ཉིད་ཡིན། །དགོན་བར་གནས་ཆེ་  
 རབ་བྱུང་གཟུགས། །ཡུལ་དུ་བྱིན་ཆེ་མི་ནག་དེ་ཉིད་ཡིན། །ཆོས་སྟུང་གལ་ལ་གནས་ཆེ་  
 རབ་བྱུང་གཟུགས། །གཞན་དུ་བྱིན་ཆེ་ནག་དེ་ཉིད་ཡིན། །དཔེན་པའི་གནས་སུ་རབ་བྱུང་  
 གཟུགས། །ཆོང་འདུས་བྱིན་ཆེ་མི་ནག་དེ་ཉིད་ཡིན། །གཞན་སྤང་ངོ་བོར་རབ་བྱུང་  
 གཟུགས། །རང་སྤང་བརྟག་ཆེ་མི་ནག་དེ་ཉིད་ཡིན། །མི་རྣམས་མིག་སྤར་རབ་བྱུང་  
 གཟུགས། །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་སྟན་སྤར་མི་ནག་དེ་ཉིད་ཡིན། །མི་ནག་སྟོན་དུ་རབ་  
 བྱུང་གཟུགས། །བཞེས་གཉེན་མདུན་དུ་མི་ནག་དེ་ཉིད་ཡིན། །གཟུགས་ཅན་ངོ་བོར་རབ་  
 བྱུང་གཟུགས། །གཟུགས་མེད་ངོ་བོར་དམ་ཉམས་ཉིད་དུ་མཐོང་། །གོས་ལ་བརྟགས་ན་  
 བསྟན་སྤང་ཐམས་ཅད་དགའ། །སངས་རྒྱས་བསྟན་བ་གནས་སར་ངེས། །ལུས་ལ་  
 བརྟགས་ན་བྱུང་མེད་དགའ། །གཞན་ཡང་ཉེས་བ་གསུམ་དང་ལྟན། །དག་ལ་བརྟགས་ན་  
 ཅོལ་རྒྱུང་དགའ། །གཞན་ཡང་ཉེས་བ་བཞི་དང་ལྟན། །སེམས་ལ་བརྟགས་ན་འགོང་བོ་

དགའ། །གཞན་ཡང་ཉེས་པ་གསུམ་དང་ལྔ། །དེ་ཡི་ཅ་བ་ཅི་ལས་བྱང་ངམ་སྟམ། །འདུལ་  
སོགས་སྡེ་སྟོད་མ་མཐོང་དང་། །བཙོན་འགྲུས་མེད་ཅིང་ལེ་ལོའི་དབང་གྱུར་པས། །སྟོམ་  
ཁྲིམས་ངོས་འཛིན་མ་ཤེས་ནས། །བསྐྱབ་གསུམ་ཡོན་ཏན་མར་འགྲིབ་པས། །སྟོམ་གསུམ་  
ཉམས་པས་དྲུག་གསུམ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །དེ་འདྲའི་སེར་གཟུགས་ས་སྟེང་གང་བའི་  
དུས། །དེར་སྐྱེས་ཀྱི་སེམས་ཅན་དཔག་མེད་རྣམས། །སྐྱབས་མགོན་བྲལ་བས་སྐལ་བ་  
དམན། །ཉོན་མོངས་འཕེལ་བས་མགོ་ལོན་དགའ། །འབྲས་བུ་ངན་སོང་སྐྱག་བསྐལ་བཟོད་  
སྐྱགས་མེད། །དུས་མཐའི་སེམས་ཅན་ལས་ཀྱིས་མནར་བ་ལ། །བསྟན་དར་སྐྱབས་སྤང་  
བྱས་པ་དགའ། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཐུ་ཅལ་དྲུགས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ཆབ་ཤོར། །རང་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་འཆོར། །ཉན་ཐོས་རྣམས་  
ཀྱང་སྐྱག་བ་སྐྱེ། །བསྟན་སྤང་རྣམས་ཀྱི་བྱས་པ་ཉམས། །དགར་ཕྱོགས་སྤྱོད་རྣམས་མགོ་  
འཕང་དམའ། །ནག་ཕྱོགས་སྤྱོད་རྣམས་ཁ་འཕྱར་ཅིང་། །བདུད་རྣམས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་  
འཕེལ་འགྱུར་བས། །འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་མི་དགེས་གང་བའི་ཆོ། །ཐུབ་པའི་བསྟན་ལས་  
བསྐྱོག་པའི་ཆོས། །གང་གིས་སྟོད་ལམ་ཆོས་མིན་བྱེད་རྣམས་ཀྱི། །བསྟན་པ་བདུད་ཀྱི་སྤང་  
བས་རྒྱས་པར་འགྱུར། །དེ་ཆོ་ཐུབ་པའི་དགེ་སྤྱོད་འདུལ་ཁྲིམས་ཉམས། །དགེ་སྤྱོད་ཐུབ་  
བསྟན་ངེས་པར་སྤང་བ་ནི། །རྣམ་པར་དག་པ་གཅིག་ཅུ་ཡོད་གྱུར་ཀྱང་། །དེ་ཡི་དགེ་དང་  
ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་ལ། །བདུད་རྣམས་བར་ཆད་བྱེད་པར་དབང་ཆེ་བས། །དགེ་སྤྱོད་  
གཏིར་སྤང་དེ་དག་ནི། །ཆོ་ཐུབ་ལོངས་སྟོད་ཆུང་ལ་ནད་རྒྱུ་མང་། །ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་རབ་  
ཏུ་མནར་བར་འགྱུར། །དེ་འདྲའི་དུས་ཤིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་ཆོ། །ཤུགས་བསྟན་པ་  
ཉམས་པའི་སྤྲ་སྟམ་ཡིན། །ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་པའི་འཆུག་རྟགས་དེ་འདྲ་འབྱུང་། །ཀྱི་ཏུད་  
དེ་ཉིད་དུས་དང་དེ་ཡི་ཆེ་ཉིད་དུ། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཉི་མ་ཐུབ་པའི་འོད་བཞིན་  
ཉམས། །ལོག་སྤྱོད་བདུད་ནི་དབྱར་ཀྱི་སྤྱིན་རྒྱུངས་བཞིན་དུ་ལྗང་། །འདུལ་ཁྲིམས་རྣམ་  
དག་དགུན་སྤང་མེ་རྟོག་བཞིན་དུ་དཀོན། །ཁྲིམས་འཆལ་སོས་ཀའི་འབྲུ་སྤང་བས་ཀྱང་



མང་། །དམ་ཚུལ་སྤྲོད་ནས་བསྐྱབ་པའི་སྒྲིམ་བྱ་དམ་པ་ནི། །ཉིན་མའི་རྒྱ་སྐར་བས་ཀྱང་  
ཉིན་ཏུ་དཀོན། །དམ་ཚུལ་བཙུངས་ནས་ཟང་ཟེང་གཉེར་བའི་གང་ཟག་ནི། །སྤྲོད་མེད་  
མཆོད་མའི་སྐར་མ་བས་ཀྱང་མང་། །གཏོང་ལེན་ངེས་པར་རུས་པའི་བྱང་སེམས་དམ་པ་  
ནི། །མཐའ་འཁོབ་ཡུལ་གྱི་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་བཞིན་ཏུ་དཀོན། །རང་དོན་ཕྱིར་ཏུ་གཞན་  
པན་སེམས་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་ནི། །མང་ཡུལ་སྐྱ་ཐང་གི་གམ་པ་བས་ཀྱང་  
མང་། །བསྐྱེད་རྩོགས་སྒྲོལ་ཞུགས་སྤོང་གྲོལ་མཐར་ཕྱིན་སྒྲགས་པ་ནི། །ཞུ་དུས་ཐ་རའི་མེ་  
ཏོག་རི་བཞིན་དེ་བས་ཀྱང་ནི་ཉིན་ཏུ་དཀོན། །གསང་སྒྲགས་འཆོལ་དང་ཆོག་ཐོས་དམ་  
ཉམས་སྒྲགས་པ་ནི། །དབྱར་ཀའི་སྔ་ལྷུས་རི་བཞིན་དེ་བས་ཀྱང་ནི་ཉིན་ཏུ་མང་། །མན་  
ངག་སྒྲོལ་ཞུགས་རྒྱང་སེམས་དབང་ཐོབ་བདེན་མཐོང་སྒྲོལ་ཆེན་ནི། །རྣམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་ར་ནི་  
རི་བཞིན་དེ་བས་ཀྱང་ནི་ཉིན་ཏུ་དཀོན། །མན་ངག་མེད་ཅིང་བཙོན་འགྲུས་སྤང་དང་ཉར་པོ་  
གཡེང་བའི་སྒྲོལ་ཆེན་ནི། །སྤྲུག་ལུང་གི་ར་འབྲས་རི་བཞིན་དེ་བས་ཀྱང་ནི་ཉིན་ཏུ་  
མང་། །དམ་ཚུལ་ཅ་བ་དོར་ནས་ཡལ་ག་ཕ་མོ་དེད་ནས་ཀྱང་། །འཁོར་བའི་ཅ་བ་འབྲིན་  
པར་རུས་པ་ཉིན་ཏུ་དཀོན། །དེ་འདྲའི་ཆོས་ལུགས་ཆལ་ཆོལ་སྒྲ་ཆོགས་འབྱུང་བ་  
ནི། །ཆོས་ཁྲིམས་འཁྲུག་པའི་འཁྲུག་རྟགས་ཡིན་ནོ་རིགས་ལྡན་ཀྱང་། །ལྡག་པར་ཆོས་  
ཁྲིམས་འཁྲུག་པ་འདི་འདྲ་འབྱུང་། །ཐུབ་པའི་བསྟན་ལ་གསལ་བྱེད་གང་ཟག་ནི། །འདི་འདྲ་  
འབྱུང་ལ་གཉིས་སུ་གདའ་སྟེ་བྱུང་པར་ཆེ། །ཤུགས་པའི་ཆོས་རྟགས་མི་འདྲིན་  
པར། །རལ་པའི་ཅོད་པན་གོས་དཀར་མེ་ཁོང་རྒྱན་སྤེང་ཐོགས་པ་འབྱུང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
གཅིག་ནི་བསྟན་པའི་ཆས་རྟགས་དང་མི་མཐུན་ཀྱང་། །འཕགས་པ་སྤྲོད་རས་གཟིགས་ཀྱི་  
བྱིན་རྒྱལས་འཕྲུག་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་ལ་པན་ཐོགས་པ་འབྱུང་གསུངས།  
གཅིག་ནི་བསྐྱབ་པ་ཅན་ཡིན་པ་དང་ཆ་ལུགས་འདྲ་ཡང་གང་ཟག་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་  
གཉིས་ཡོད་པས། །བྱུང་པར་ཆེ་བའི་དོན་དེ་ཡིན་ནོ་དཔལ་ལྡན་རྒྱན་ལ་གསུངས་སོ། །

དཔལ་ལྷན་རྒྱུ་གྱིས་ཁྱེས་པའོ། །ཁྱིམ་པའི་ཆས་རྟགས་མ་སྤངས་ནལ་འབྱོར་  
 ཞེས་པས་ཆོས་བསྟན་ནས། །རལ་པའི་ཅོད་པན་རྒྱུ་སྤོང་ཐོགས་དང་སྤྱ་གར་རོལ་མོ་  
 བཅོམ། །ཆར་དང་དུས་མིན་བཟའ་སོགས་འཁྲིག་ཆོག་ཆོས་སུ་སྤྲ། །བག་མེད་སྤྱོད་དང་  
 མོག་ཤེས་དབང་གིས་མི་ནག་སྤྱད་བྱེད་ཅིང་། །སྤྱ་མེད་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ཉེ་ལམ་ཐབ་ཆོས་  
 ངས་བསྟན་པའི། །འབད་མེད་ཐོལ་དང་བཅོམ་ཐབས་སངས་རྒྱས་འདི་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པར་  
 སྤྲས་ནས་བསོད་ནམས་ཟད་པའི་སྤྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་ནི། །བསྤྲས་ནས་ལོག་པའི་ལམ་ལ་སྤྱོར་  
 བའི་གང་ཟག་དེས། །ཐུབ་བསྟན་འཛིན་དང་བསྟན་པའི་ཁྱིམས་སྤོལ་མཐོང་བ་ལ། །དགར་  
 འཛིན་ཡང་མེད་ཅིང་ཁྱེས་ཞིང་འཇུག་བྱེད་ཅིང་། །དེ་འབྲའི་ལོག་སྤྱོད་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་  
 འབྱུང་བ་ནི། །ཁྱད་པར་ཆོས་ཁྱིམས་འཇུག་རྟགས་ཡིན་ནོ་རིགས་ལྷན་ཀུན། །དེ་བས་ཆོས་  
 ཁྱིམས་འཇུག་རྟགས་མང་དུ་འབྱུང་མོད་ཀྱང་། །རྒྱས་པར་བཤད་པས་ལང་བར་འགྱུར་བ་  
 དཀའ་བ་ཡིན། །ཆོག་ཉུང་དོན་འདུས་གོ་བདེ་འདི་ཡིད་ལ་བྱངས་དང་བྱ་སྟོབ་ཀུན། །ལར་  
 བསྟན་པའི་བྱི་བོ་ཆོས་ཁྱིམས་འཇུག་རྟགས་དེ་ལ་སེམས་བ་ན། །ལུས་ཤིང་ལུས་སོ་སོར་སྤྱེ་  
 བའི་སྤྲག་སྤངས་རབ་ཏུ་སྤྱེ། །ཡིད་སེམས་འཇུག་པས་གདོང་གི་མཆི་མ་ཁྲག་ཏུ་འབྱུང་མོད་  
 ཀྱང་། །སྤྱང་མོ་བདག་ལ་བྱ་སྟོབ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཀྱི་ཏུད་བྱ་སྟོབ་ཀུན། །སེམས་དང་རེམ་ཞིག་  
 དམ་ཆོས་སྤྱིང་ནས་བསྐྱབས་ཤིག་བྱ་སྟོབ་ཀུན། །བྱ་མོ་བསོད་ནམས་རྒྱུ་གྱིས་དྲིས་པའི་  
 ལན་བཏབ་བ་དེ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས།

ཡང་བསོད་ནམས་རྒྱུ་གྱིས་ཁྱེས་པ། གྱེ་མ་ཅིག་ལགས། རང་རེ་གངས་ཅན་བ་  
 འདི་ལ་ཐོག་མར་དམ་པའི་ཆོས་དར་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། བྱིས་ཆོས་ཁྱིམས་འཇུགས་པའི་  
 བར་གྱི་བསྟན་པ་གསལ་འབྲིབ་ལ། སྟོན་བྱུང་བ་དང་བྱིས་འབྱུང་བ་ནམས་གསལ་པོར་  
 གསུངས་པ་རོ་མཚར་ཆེ་བ་ལགས་སོ། །ཆོས་ཁྱིམས་འཇུག་པའི་དུས་སུ་བསྟན་པ་གསལ་  
 བར་བྱེད་པའི་དགོ་སྟོང་གྲགས་པའི་མཆོན་ཅན་དེ། སྤར་རྒྱལ་ཁྱིམས་འཇུག་ཚུལ་གསུངས་  
 པའི་སྐབས་སུ་ཡང་བསྟན་པ་གསལ་བྱེད་དགོ་སྟོང་གཅིག་འབྱུང་གསུངས་པ་དེ་གྲགས་

པའི་མཆན་ཅན་འདྲིར་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་ནམ། གྲགས་པའི་མཆན་ཅན་ལས་གཞན་ཞིག་  
ཡིན་ནམ་ལགས་སམ། ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་པའི་དུས་སུ་རང་རེའི་ཆོས་ལུགས་འཛིན་པ་  
ཡོད་དམ། ཡོད་ན་ད་ལྟ་བུ་ལས་ཉམས་སམ། མི་ཉམས་པར་ཡོད་པར་ལགས་སམ། ཇི་ལྟར་  
འོང་བ་རྣམས་གསུང་བར་འཆོལ། ཞེས་ཞུས་པས། མ་ཅིག་གིས་ཞལ་འཇུག་པ་མཛད་ནས་  
གསུངས་པ། བྱ་མོ་བྲིས་པ་ལ་ཏ་ཅང་རེམ་ཞིང་། བྱད་པར་ཡང་སྟེགས་དུས་བསྟན་པ་ལ་  
བྱ་བ་བྱེད་པར་བྱས་པའི་དགོ་སྟོང་དེའི་བྲིས་པ་ལ་ནན་ཏན་ཆེ་བར་གདའ་སྟེ། དེ་ལོགས་སོ་  
དེ་བས་ན་བྱ་མོ་བྲིད་ཀྱིས་བྲིས་པ་ལ་ནན་ཏན་ཆེ་བ་དེ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་གྲུས་  
པ་ཡིན་པས་ཉོན་དང་། རྒྱལ་ཁྲིམས་འཆུག་པའི་སྐབས་སུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་གསལ་  
བར་བྱེད་པའི་དགོ་སྟོང་གཅིག་འབྱུང་བས་པ་དེ། ད་ལྟ་བཤད་པའི་དགོ་སྟོང་གྲགས་པའི་  
མཆན་ཐོགས་པ་འདི་ཡིན། དགོ་སྟོང་དེ་དག་གིས་བསྟན་པ་ལ་འཆོལ་བ་མང་དུ་འབྱུང་བ་  
རྣམས་ཆར་བཅད་ཅིང་། ཡང་དག་པའི་དོན་དང་བསྟན་པ་རྣམ་དག་གི་ཁྲིམས་སྟོལ་བཏོད་  
པ་ནི། འཛམ་བུ་གླིང་དུ་བྱབ་པ་ཐོག་མར་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་དང་། སྟེགས་དུས་བོད་དུ་  
དགོ་སྟོང་གྲགས་པའི་མཆན་ཅན་བྱུང་ནས་ཆོས་ཀྱི་སྟོལ་བཏོད་པ་ནི་མཚུངས་ཏེ། འོན་ཀྱང་  
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་མར་བྱེད་དགོང་མོ་ལ་བྱག་པས་བདུད་ཐམས་ཅད་ཁ་འབྱུར་པའི་  
སྟོབས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་དར་ཆ་སྤུར་དུ་ཡལ་ཏེ་སྟག་དུ་སྟོག་འགྲུ་བ་ཅམ་ལས་མི་འོང་སྟེ།  
ཆད་པ་ནི་མ་ཡིན་ལ། བསྟན་པ་འདི་ལ་འདྲི་ཞེན་ན་གསེར་འབྱུང་པའི་དོད་ཅམ་ཞིག་གི་  
རྒྱུན་ནི། སྤུབ་པའི་བསྟན་པ་གནས་ཀྱི་བར་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཆད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དགོ་སྟོང་  
དེ་དག་དང་བྱག་པའི་སེམས་ཅན་གང་དག་རྣམས་ནི་དཔུ་ཚོད་བོད་དུ་བསྟན་པའི་མཐར་  
སྒྲིམ་ཀྱང་དོན་ཆེར་འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤུབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱིས་མ་བཅགས་པའི་བོད་སྟག་རུམ་དུ་སྟེགས་མར་སྒྲིམ་  
པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་བསོད་ནམས་ཟད་པ་ཡིན་ཀྱང་། དགོ་སྟོང་གྲགས་པའི་མཆན་  
ཐོགས་པ་འབྱུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་དེ་བས་ཅུང་ཟད་སྟོན་བྱུང་དུས་སུ། བྲམས་པའི་རྒྱལ་

ཆོ་དམ་པ་དེ་ཉིད་བོད་དུ་འབྱུང་སྟེ། རྒྱལ་བའི་མཆོན་ཐོགས་པ་དང་། འདི་གཉིས་ནི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས། འདི་གཉིས་དང་ཁ་གང་དུ་སྐྱབ་པའི་  
སེམས་ཅན་དེ་དག་ནི་སྟོགས་དུས་བོད་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་བསགས་  
རབ་དུ་གདའ་བས། འདི་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་པ་མཐའ་ཡས་པ་སྟེ་རྟེན་པ་ནི་དཀའ་  
སྟེ་འདུག་པོ། དེ་ཡང་དག་སྟོང་གྲགས་པའི་མཆོན་ཅན་ནི། སྐྱེ་བ་དེ་ལས་མི་བཞེས་ལ།  
རྒྱལ་བའི་མཆོན་ཅན་ནི་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་ཡིན་པས། འདིའི་སྐྱེ་བ་ཕྱིས་འབྱུང་ནི་དུས་གསུམ་  
མཁའ་པ་གསུམ་དང་ལྷན་ཟེར་པའི་མཆོན་ཐོགས་པ་འབྱུང་ལ། དེ་ནས་ཀམ་པ་ཞུ་ནག་པ་  
བྱ་བ་འགའ་འབྱུང་། སྐྱེ་མཆོན་གཅིག་པར་བརྒྱད་དེ། སྐྱེ་བ་འགའ་བརྒྱད་བ་ལ་བོད་བསོད་  
ནམས་བསགས་པའི་ཞིང་གི་མཆོག་དུ་འབྱུང་བ་ཡོད། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདི་གཉིས་  
ནས་བརྒྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིག་ནས་མཐར་སྐྱད་པའི་བར་ལ། འདི་བོད་དུ་  
གཉིས་དང་མཆོངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་མི་འབྱུང་ལ། སེམས་ཅན་ཡ་རྩང་ལ་  
པན་ཐོགས་པར་རྒྱས་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ནི་རེས་འགའ་འབྱུང་སྟེ། ཆོག་གི་འཛིགས་པས་  
ལན་གཅིག་པ་མཐར་ཞོག །གང་གི་ཡོན་ཏན་ཆེ་བ་དང་། གང་ལ་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་གང་  
ཟག་ཁྱད་པར་ཅན་ཀྱི་ཆོག་མགོ་སྟོས་པ་ཅམ་དེ་ལ་བྱ་མོ་བསོད་ནམས་རྒྱུ་ཀྱི་དང་རྟེན་  
ཀྱིས། བྱ་སྟོབ་ཀྱན་གྱིས་མ་བརྟེན་པར་ཡིད་ལ་རྩངས་ཤིག་དང་། རང་རེའི་ཆོས་ལུགས་  
བཤད་གྱིས་ལེགས་པར་ཉོན་དང་འདི་ལྟར་འོང་གིས། ང་ཡི་ཆོས་ལུགས་ལ་རང་དོན་གཉེར་  
བྱ་ནི་སྐྱབ་བརྒྱར་གཤགས་པའི་ཆ་ཅམ་ཡང་མེད་ཅིང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་འི་མས་ཀྱང་གོས་པར་  
རྒྱར་བ་མེད་ལ། གཞན་དོན་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ལ་ཡང་སྟོགས་རིས་སྐྱབ་བརྒྱར་གཤགས་པའི་  
ཆ་ཅམ་ཡང་མ་མཆིས་ཏེ། འོན་ཀྱང་འབྱུང་པོ་གདུག་པ་ཅན་འཛིགས་སུ་རྒྱང་བའི་བྲག་  
ལྷལ་ཀྱི་སྟོབས་དང་ལྷན་པ་ནམས་ནི། གཞུགས་ཅན་དང་གཞུགས་མེད་གཉིས་ཀྱི་སེམས་  
ཅན་མང་པོ་ཞིག་ལ་དུས་གཅིག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པར་རྒྱས་པ་དང་། གདུག་པ་ཅན་ཁོ་རང་  
ཡང་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ལས་ཐར་བར་དཀའ་ཞིང་སྐྱབ་བསྐྱལ་དང་ལྷན་པར་མཐོང་ནས་མ་

བཅོད་ནས། བྱེད་པར་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གཙོ་བོ་གདུག་པ་ཅན་གྱི་འབྱུང་པོ་སྟོབས་ཆེ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་བྱས་ནས། བྱམས་སྦྱང་རྒྱུ་བྱང་སེམས་གསུམ་གྱི་པོ་ཉ་བཏང་ནས་འབྱུང་པོ་  
སྟོབས་ཆེ་བ་དེ་དག་བཀྲལ་ཅིང་། རང་གི་ལུས་སྟོག་ཡོངས་སྦྱོང་ཁ་རྩེ་གང་ཡོད་ཀྱི་དབང་  
ཐང་དང་བཅས་པ་འབྱུང་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་བཏང་ནས་ཁོ་ཆོས་པར་བྱས་  
ཤིང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དེ། སྤང་མོ་དཔེ་ཆོས་ལུགས་ཡིན་ཏེ། དེའང་  
ང་ནས་བཟུང་སྟེ་བརྒྱུད་པ་བཞིའི་བར་དུ་དཔེ་ཆོས་ལུགས་མི་ཉམས་པར་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་  
ཡོད་ལ། དེ་ནས་ཅུང་ཟད་ཉམས་ཀྱང་བཞིའི་བར་དུ་ད་ལྟར་སྤང་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པས།  
བརྒྱུད་པ་བརྒྱད་པ་སྟེ། དེ་ནས་གཅིག་དང་དགུ་པ་ལ་ཐུག་པ་མན་ཆད་ལ་ནི་དཔེ་ཆོས་  
ལུགས་འདི་གོ་ལྟོག་ནས་རང་འདོད་སེམས་དང་འགྲོགས་པའི་གཙོད་མཁན་ཡིན་ཟེར་བ་  
མང་པོ་འབྱུང་བ་ནི་སྤར་བཤད་པ་དག་དང་མཆུངས་ཏེ། ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་པའི་དུས་སུ་  
དཔེ་བསྟན་པ་བཞིག་བྱེད་ཆ་ལུགས་མི་འད་བ་སྤྲ་ཆོགས་པ་བཅངས་ནས་ཁ་ནས་པུ་སྤྲ་  
འདོན་ཅིང་། འབྱུང་པོ་མི་མ་མིན་པ་ཨར་ལ་གཏད་པ་སོགས་སེམས་ཅན་མང་པོ་ལ་གཞོད་  
པར་བྱེད་པའི་ལུག་གཞི་དུག་གི་སྤོང་པོ་འད་བའི་གཙོད་མཁན་སྤྲ་བ་ཁོ་ན་འབྱུང་ངོ་། །དཔེ་  
ལུགས་ཀྱི་གསང་སྤྲལས་ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཟབ་ཆོས་འདི་ནི་སྟོལ་མས་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན་  
དུ། ཐོད་སྟོན་ཁྱོད་ནས་ཆིག་བརྒྱད་དུ་བྱེད་པའི་ཟུང་བཞི་སྟེ། བརྒྱད་པ་ནི་ནམ་མཁའི་  
མཆོན་ཅན་ཐོགས་པ་གཅིག་འབྱུང་བ་དེ་ནི་གསང་སྤྲལས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་རྫོགས་པ་ཡིན་  
པས། ནམ་མཁའི་མཆོན་ཅན་མན་ཆད་དུ་གསང་སྤྲལས་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་སྤྲ་ཅམ་ཡང་མི་  
འབྱུང་ཞིང་། བསྐྱེད་རྫོགས་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་ཡལ་བ་ཡིན་ནོ། །

བྱ་ཐོད་སྟོན་དང་གང་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་འདི་ཆིག་བརྒྱད་  
ལས་མ་འཆོལ་བར་སྤངས་ལ། དབང་ཆོགས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་མང་པོ་ལ་མན་ཐོགས་པའི་རྟེན་  
འབྲེལ་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། སྟོབས་སྟོན་དང་ལྡན་པ་གཅིག་ནས་གཉིས་སམས་  
གསུམ་ཅམ་རྒྱུད་འཛིན་བརྟེན་དུ་རུང་བཤེས་པ་བཞིན་ཡིན་ནོ། །ད་ལྟའི་ཆོས་ལུགས་འདི་

ནི་སྤྲེལ་མའི་དུས་སུ་སྤྱོད་པར་མི་འོང་གིན་ཏུ་འཆོལ་བར་འབྱུང་ཏེ། མདོ་སྤྲེལ་བྱང་  
འདུག་དང་། མདོ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ལུགས་ཀྱིས་སོ་སོར་རང་རང་གི་སློལ་རྣམས་འཆུག་  
ཅིང་པན་ཚུན་དུ་འབྲེས་ནས་མན་ངག་གི་དོན་འདོར་ཞིང་བྱིའི་སྤྲེལ་པ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་  
རྒྱ་མི་རྟེན་པ་སྤྲེལ་པའི་ནང་དུ་ཐོར་བ་ལ་ལག་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་གཙོད་མཁན་གིན་ཏུ་སྤྲེལ་  
ཅིང་ཆེར་སྤྲེལ་པའི་ད་ལྟའི་ཆོས་ལུགས་འདི་ལོག་པར་སྤྱོད་ནས། མི་དགོ་བ་དཔག་མེད་  
བསྐྱབ་པ་རྣམས་འབྱུང་བ་དང་། འདི་སློལ་ཐམས་ཅད་སྤྲོག་པར་བྱེད་པ་ནི། བྱམས་པ་དང་  
སྙིང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གསུམ་པོ་འདི་འདི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སློག་གིང་ཡིན་པས་དེ་སྤྲོག་  
ནས་གཞོད་སེམས་དང་སྤང་སེམས་རྒྱན་དུ་འགྲོག་པ་འོང་། འགྲོ་དོན་གདུལ་བྱའི་གཙོ་བོ་  
མི་མ་ཡིན་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་ཡིན་པ་དེ། ངས་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་འདུལ་བར་བྱེད་པ་  
དེ་སྤྲོག་ནས་བསྐྱད་ཅིང་གཞིར་ནས་ཨར་ལ་གཏད་པ་འོང་། ད་ལྟ་མའི་འདུ་འཛི་སྤངས་པའི་  
གནས་དཔེན་པ་དུར་ཁྱོད་དང་ལུང་སྟོང་མི་མ་ཡིན་འདུས་པའི་བོ་བྱང་གི་ས་ནི་དགོ་སྤྱོད་ཀྱི་  
བོགས་འདོན་པའི་གནས་ཡིན་པར་འདུག་པ་དེ་སྤྲོག་ནས་ མའི་འདུ་འཛི་གིན་ཏུ་ཆེ་བ་བྱང་  
འགྲོག་ཏུ་སྐར་གྱི་གསེབ་དང་། ལུལ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་འདུས་མདོ་དང་། གཞན་ལ་གཞོད་  
པར་བྱེད་པའི་བྱིར་དུ་གཉན་མིག་དང་གནད་མིག་དང་དེ་རྣམས་སུ་འདུག་པ་འོང་། ད་ལྟ་  
བདག་འཛིན་བཏང་ནས་ལུས་སློག་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་གཏོང་བ་དེ་སྤྲོག་ནས་བདག་  
འཛིན་གིན་ཏུ་དམ་ཞིང་ལུས་སློག་ལ་གཅེས་སྤྲེལ་སུ་འཛིན་པ་འོང་ད་ལྟ་བལ་སྤུལ་རས་  
སྤུལ་བྱིང་སྤུལ་བྱོན་པ་དེ་རྣམས་སྤྲོག་ནས། གཅན་གཟན་གྱི་བགས་པ་དང་། ཁྱད་པར་བྱི་  
སྤྲེལ་གྱི་སྤུལ་བ་དང་། ཀོ་སྤུལ་དང་རེ་བ་ནག་པོ་བྱོན་པ་འོང་། ད་ལྟ་བ་མེན་འདི་བཅུད་  
དང་ལྷན་པའི་སྟོང་ཐོར་དང་། ཀྱང་སྤྱིང་མ་ཉམས་པ་འཁོད་རྣམས་སུ་འཆང་བ་དེ་སྤྲོག་ནས།  
མི་མགོའི་སྟོང་ཐོར་དང་ཀྱང་སྤྱིང་ལ་གཡག་ནག་གི་རྩ་སྤྱད་དེ་འབྱུང་པ་འོང་བ་དང་།  
གཞན་ཡང་ཆས་མི་འདྲ་བ་སྤྲ་ཆོགས་པ་དང་། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་བཅས་ནི་པ་  
རོལ་པོ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་གཙོད་མཁན་ཡིན་པར་འདོད་པ་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བ་

རྣམས་ལ་ནི། དེ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དེ་མ་ཡང་མེད་ལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ནི་རྣ་བས་ཀྱང་  
ཐོས་མ་སྤྱང་བ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་དེ་ཆོས་ལུགས་ལ་ཡི་གེ་པར་ཅེས་པའི་སྤྱོད་འདྲེས་ནས་  
ཀྱང་དུས་མ་ཡིན་པར་པར་སྤྱོད་བཏབ་ན་འབྱུང་བོ་པལ་བ་ལ་གཞོན་པས་པར་སྤྱོད་ཡང་སྟོན་  
ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་ངན་འབའ་ཞིག་གསོག་པའི་གཅོད་མཁན་ཡིན་  
པར་སྤྱོད་བ་རྣམས་འབྱུང་བ་ནི་དེ་འབྲས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །

དེའི་དུས་སུ་ད་ལྟ་དེ་ཆོས་ལུགས་འདྲིན་ལུས་པའི་གང་ཟག་ནི་ཉིན་གྱི་སྐར་མ་  
དང་འབྲས་མེ། དེ་བས་ཀྱང་ནི་དཀོན་པར་གདའ། འོན་ཀྱང་བརྒྱལ་གཅིག་ཅེས་བྱུང་ཡང་  
དགུན་སྐར་གི་ཉི་མུང་དང་འབྲས་མེ་གང་ཡང་ངོས་པར་མི་ལུས་སོ། །དེའི་དུས་སུ་དགེ་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་ནི་བྱུང་ཅེས་ཡོད་ཀྱང་། ཉམས་སུ་ལེན་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་སྒོལ་འཆུག་པས། ཉམས་  
ལེན་གྱིས་དབེན་པས་དགེ་སེམས་ལ་རི་ལྟར་འབྱུངས་ཀྱང་འཁོར་བ་ལས་བརྒྱལ་བ་ནི་  
དགའོ། །དེ་ལྟར་དེ་ཆོས་ལུགས་ལོག་པར་སྤྱོད་པ་དང་ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་པ་དུས་མཉམ་  
པ་ཡིན་པས་ཡིད་ལ་ཞོག་དང་རིགས་ལྡན་ཀྱང་། ཅེས་གསུངས་སོ། །

བསོད་ནམས་རྒྱན་མས་དེ་བས་ཁྱེད་པོ་ལ་པར་མ་པོད་པས། རྒྱན་མཆོན་མ་ལ་  
བསྐྱེད་ཏེ། རྒྱན་མཆོན་མས་ལུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་པའི་དུས་སུ།  
རང་དེའི་བསྟན་འདྲིན་རྣམས་ཀྱིས་ད་ལྟ་དེ་ཆོས་ལུགས་འདི་ལྟོག་ནས། ལོག་པར་སྤྱོད་པའི་  
གང་ཟག་སྤྱི་གྲུབ་སྤྱོད་ཅན་རྣམས་འབྱུང་ངོ་གསུངས་པར་གོ་བ་ལགས་མོད་ཀྱང་། གཅོད་  
མཁན་སྤྱི་གྲུབ་སྤྱོད་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེད་པོར་དུ་ཆ་ལུགས་དང་སྤྱོད་ལམ་རི་འབྲས་བྱེད་པ་  
དང་། སྤྱོད་ལམ་ལོག་པའི་རྟགས་ངེས་པ་ཅན་དུ་རི་འབྲས་བྱེད་པ་རྣམས་ངེད་ཆོ་ལ་  
གསུངས་པ་ཐུགས་ལ་འདོགས་ལུས་ཏེ། ཡང་མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། དད་བརྩོན་ཤེས་རབ་  
ལྡན་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱང་། །ཡིད་མ་གཡེང་ཅེ་གཅིག་གྲུས་པས་ཉོན་ཅིག་དང་། །ང་ཡི་ཆོས་  
ལུགས་ལོག་པར་འདྲིན་ཚུལ་གྱི། །སྤྱོད་ལུགས་ཅུང་ཟད་བཤད་དོ་འདི་ལྟར་འབྱུང་གི་  
ཡང་། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་མཐར་ཉི་མུག་ལ་ཁད། །ང་ཡི་བསྟན་པ་བཞིག་པའི་མཐར་

སྤྱད་ནི། །འཛིགས་པའི་ཆོས་ཅན་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བའི་སྟེང་། །ང་ཡི་བསྟན་པ་གསལ་  
བའི་དུས་ཤིག་འབྱུང་མོད་ཀྱང་། །བར་དུ་ལོག་བར་སྤྱོད་པ་འདི་ལྟར་ཡིན། །ང་ནས་བཟུང་  
སྟེ་བརྒྱད་པ་དགུ་པ་ནས། །དམ་ཆོས་སྤྱོད་ཡུལ་ལོག་བར་སྤྱོད་པ་ཡི། །གང་ཟག་འདི་འདྲ་  
འབྱུང་ངོ་ཡིད་ལ་བྱངས། །དགེ་སྤྱོད་ཆས་ལ་རབ་བྱུང་གཟུགས། །ནང་ན་འདོད་སྟེད་མེ་  
དབྱང་འབར། །ཕྱི་ན་དུར་སྒྲིག་རྒྱལ་མཆོན་གྱོན། །ལག་ན་མི་ཡི་མགོ་རྒྱུ་ཐོགས། །གཅན་  
གཟན་སྒྲགས་པ་ཐོད་དུ་བཅིངས། །ཁ་ནས་པཌ་སྤྱ་ཀྱུར་ཀྱུར་འདོན། །གཙོད་མཁན་ཡིན་  
ཟེར་ཁས་ལེན་བྱེད། །དམིགས་ངན་རྩས་སྤུན་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱིས། །སྤང་སྟིང་ལྟ་འདྲེ་ཨར་ལ་  
གཏད། །སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་གཞོད་པ་སྦྱེལ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་རིང་དུ་  
འདོར། །ཐེུང་རང་བསྐྱབས་ཤིང་མདོན་ཤེས་བཤད། །བེ་དཀར་རྒྱལ་པོས་རུས་པ་  
བསྦྱེད། །སྤྱུ་གསོ་དང་འདྲེ་སྟོན་སྤུལ། །ཕྱང་ཁོལ་ཟས་ཞོར་བག་རེ་འདུས། །མཐུ་ཆེན་  
རུས་སྤྲན་དེགས་པས་ཁེངས། །སྟོན་མོ་ནག་མོའི་ཆགས་སེམས་དགྲུག། །ཉོན་མོངས་འདོད་  
ཆགས་ཚུ་ལྟར་ཁོལ། །བཞོད་སྒྲགས་མེད་བར་ལུས་སེམས་གཡེང་། །ཟས་ཞོར་ལུས་སྟོག་  
ལྟོས་མེད་བོར། །འབྱུང་མེད་ཕྱིར་དུ་ལྷག་བར་གཏོང་། །ཁྲོད་དང་ཁྲོད་ཁྲེང་རི་སྤུལ་  
དང་། །དུར་ཁྲོད་བས་མཐའ་མདོ་འདུས་དང་། །ལྷོན་ཤིང་ཕྱག་སྟོང་ཚུ་འདུས་དང་། །གཉན་  
མིག་ས་གནས་འབའ་ཞིག་ཏུ། །འདོད་སྟེད་སྟོང་དང་འགྲོགས་ཤིང་ཉལ། །ཐེག་ཆེན་དམ་  
ཆོས་བསྐྱབ་པ་དང་། །ང་ཡི་རྗེས་འབྲུག་ཁས་ལེན་བྱེད་མོད་ཀྱང་། །ངས་ནི་སྟོང་རྗེའི་  
ལྷགས་ཀྱས་བཟུང་། །འབྱུང་པོ་མི་དང་མི་མིན་རྣམས། །འབྲུ་བས་གཅེས་བར་སྤྱོད་པ་  
ཡིན། །གཙོད་མཁན་ཆེན་པོ་དེ་དག་གིས། །དག་དམིགས་རྩས་སྤུན་ངན་སྤྲགས་དང་། །སྤྱོད་  
ཆོགས་དུ་མའི་ཐབས་ཀྱིས་ནི། །འགྲོ་བ་དེ་དག་བསྐྱད་ཅིང་གཟེར། །དེ་ལ་ཐེག་ཆེན་ཆོས་  
བསྐྱབ་དང་། །ང་ཡི་རྗེས་འབྲུག་ག་ལ་འོང་། །ཁ་ནས་ཐེག་ཆེན་བྱམས་སེམས་སྤྱ། །ཡིད་  
ལ་སྤང་སེམས་ངན་སེམས་འཆང་། །དེ་འདྲའི་མི་སྤྲན་སྟོང་དང་འགྲོག། །དུར་སྒྲིག་ཕོན་ནས་  
འདུལ་བྱིམས་འཆལ། །དུར་ཁྲོད་ཆས་འཛིན་གྲུབ་ཐོབ་ཏུགས། །དེ་འདྲའི་ཆ་ལྷགས་མི་



མཐུན་སྒྲ་ཆོགས་འདྲི། །རི་ལུང་མེད་པར་ཕེ་སྒྲས་བཀའ། །ང་ཡི་བསྐྱེད་བཞིག་དེ་འབྲ་  
འབྱུང་། །དེ་ཡང་ཆ་ལུགས་བཟང་ཤོས་གདའ་བ་ཨང་། །ཡང་གཅིག་ཆ་ལུགས་འདི་འབྲ་  
འབྱུང་། །དུག་ལྷའི་མཆོན་ཅེ་ནང་ནས་འདྲི། །རེ་ནག་བདུད་གོས་རྒྱབ་ནས་གྲོ། །བསྐྱེད་  
འདྲི་སེར་ཆས་བར་ནས་དགྲི། །དུག་ལྷ་སྒྲ་རིང་མགོ་ལ་གྲོ། །དུད་འགྲོའི་སྒྲ་རྒྱང་ཐོད་དུ་  
བཅིངས། །དུར་ཁྲོད་ཆས་རྣམས་ལུས་ལ་འཆང་། །པི་ལང་གྲིང་བུ་སྒྲ་སྐྱེད་ཀྲིས། །ཀྲིས་བ་  
བུད་མེད་ཡིད་སེམས་འཕྲོག། །སྐྱེད་མོ་གཟའ་འདྲེ་བྲགས་ཀྲིས་འདྲ། །ངག་ནས་འཕྱོར་མའི་  
སྒྲ་རྒྱང་ལེན། །ཁ་ནས་ཕེ་སྒྲ་ཤར་ཤར་འདོན། །གཙོད་མཁན་ཡིན་ཟེར་ཁས་ལེན་  
བྱེད། །ཆེ་འདིར་འདོད་ཡོན་འཕྲོ་འདོད་བྱིར། །དུག་སྐྱེད་དག་དམིགས་ངན་སྒྲགས་  
ཀྲིས། །གཟུགས་མེད་ལྷ་འདྲེ་གཟེར་ཅིང་བརྟུང་། །སྐྱེད་སྤྱིད་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་ལ་ཡ་བཟུང་  
ཞིང་། །དོར་བཅུ་ཤེས་ཆོད་རྒྱུད་ཀྱང་དགྲུགས། །ཐབ་གཞོབ་གསུར་ཆེན་རྣམས་བསྐྱེད་གས་  
བས། །ལྷ་སྒྲ་དཀར་ཕྱོགས་སྒྲོང་རྣམས་ཉམས་བ་ཡིས། །ཡུལ་དེར་མི་དགེ་སྒྲ་ཆོགས་  
འབྱུང་། །ནག་ཕྱོགས་བདུད་རྣམས་ཁ་འབྱུར་ནས། །གཙོད་མཁན་ཆེན་པོའི་སྒྲོང་ས་རྒྱ་  
བྱེད། །གཙོད་མཁན་རུས་བ་བདུད་ཀྲིས་བསྐྱེད། །སྐྱེད་བཟའ་འགབ་འདྲེས་སྒྲ་དངས་  
ནས། །ལོག་བའི་ལམ་ལ་འདི་བཞིན་སྒྲོར། །བུད་མེད་བཞོར་དང་གྲོང་ཆོག་སྒྲ་སྒྲ་  
འདྲེད། །སྤྱི་གསོ་དང་མནན་བ་སྤྱིད་བཞོལ་ནས། །ལོ་ནད་སད་མེར་བསྐྱེད་ཞིང་ཁ་  
ཆིངས་དང་། །མི་ཡི་དུར་གཙོད་ལོར་གྲི་གོད་གཞོན་དང་། །རོ་ཁུར་ཡས་ལེན་ཁག་མའི་སྒྲ་  
ལེན་བྱེད། །དེ་ལ་སོགས་བའི་ལས་ངན་དཔག་མེད་ནི། །མཐའ་ཡས་བསམ་འདས་བསྐྱེད་  
བྱེད་བ། །བག་མེད་འདོད་སྤྱིད་ཆོག་ཤེས་མེད་བ་ཡི། །རོ་ཆ་ལོར་བའི་གཙོད་མཁན་  
དེས། །དབྱར་གསུམ་བྱང་འགྲོག་སྒྲོང་དུ་འགྲོ། །སྒྲོན་གསུམ་ཡུལ་བའི་གྲོང་དུ་  
འདུར། །དགྲུན་གསུམ་གྲོང་རལ་ལུག་སྒྲོང་འགྲིམ། །དབྱིད་གསུམ་དགོན་སྤེའི་དགོར་ལ་  
སྒྲོང་། །ལུས་ཀྱི་ཆས་དང་ཆ་ལུགས་རྣམས། །མི་མཐུན་ཆ་ལུགས་སྒྲ་ཆོགས་ནི། །མཐའ་  
གཅིག་ངེས་མེད་ཡང་ཡང་བསྐྱུར། །ཐེག་ཆེན་བྱམས་སེམས་སྐྱད་ཅིག་དཔ་མ་སྒྲོང་། །མི་

དག་སེམས་དང་བྲམ་མ་མྱོང་། །བདེན་འཛིན་བརྟན་པོའི་སེམས་དང་རྒྱུན་དུ་འགྲོགས། །དེ་  
 འདྲའི་གཙོད་མཁན་འབྱུང་བའི་དུས། །ང་ཡི་ཆོས་ལུགས་ལོག་པར་སྟོང་པའི་ཉགས། །ངེས་  
 བར་ཡིན་ནོ་ཡིད་ལ་བྱུངས་དང་རིགས་ལྡན་ཀུན། །ལར་ལྷ་བརྒྱའི་དུས་ཀྱི་སྟེགས་མ་  
 ལ། །བདུད་དང་འགོང་པོས་བསྐྱ་བ་ལས། །གོས་ངན་ཁྲི་ཡི་ཐུལ་བ་ཁྲོན། །ཟས་ངན་མི་  
 གཙང་སྒྲ་ཆོགས་བཟུ། །ལས་ངན་མི་དག་སྒྲ་ཆོགས་བསྐྱབ། །ས་མཐའ་པཎ་གྱིས་བསྐྱོར་  
 ཞིང་འགྲོ། །གཙོད་མཁན་ཡིན་ཟེར་ཁས་ལེན་ཤིང་། །དེ་ནི་བཤུན་པ་ཉིད་དང་མཚུངས། །ང་  
 ཡི་བསྟན་པའི་གཤེད་མར་གྱུར་པའི་བདུད། །དེ་འདྲ་འབྱུང་ངོ་རིགས་ལྡན་བྱ་སྟོབ་  
 ཀུན། །ཡང་གཅིག་ཆ་ལུགས་འདི་འདྲ་འབྱུང་། །ཤིན་དུ་སྟོབས་ལྡན་གཙོད་མཁན་  
 བློ། །ཚུལ་ཁྲིམས་རྟེན་པ་ཆག་པའི་ཞ་བོ་ཡིན། །བཤེས་གཉེན་མིག་དང་བྲམ་བའི་ལུང་པ་  
 ཡིན། །དམ་ཆོས་སྐྱ་དང་བྲམ་བའི་འོན་པ་ཡིན། །སྟོང་པོ་བསྐྱས་བརྗོད་བྲམ་བའི་སྐྱགས་པ་  
 འདྲ། །དེ་ལྟར་ཞ་ལོང་འོན་སྐྱགས་འཛོམ་འདྲ་བས། །གང་ཟག་གཙོད་མཁན་ཡིན་ཟེར་  
 དེས། །དམ་ཆོས་དག་བརྟ་རྒྱ་ཏུ་བོར། །མི་དག་བརྟ་པོ་དང་དུ་བླང་། །གཉིས་འཛིན་  
 འཁྲལ་བས་བསྐྱེད་གོས་ལུས་ལ་ཁྲོན། །གཟུང་འཛིན་སྟེད་རགས་བརྟན་པོས་དགྱི། །སེར་  
 སྟེའི་མདུད་པས་དམ་དུ་བསྐྱམ། །ཞེ་སྤང་གི་ངར་ཚོན་ལག་ཏུ་ཐོགས། །ང་རྒྱལ་གྱི་ར་གཤང་  
 མཆན་དུ་དབྱང་། །འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྟོ་ལྷམ་རྟེན་ལ་ཁྲོན། །ཕྱག་དོག་གི་མི་རྟེན་སྟེད་དུ་  
 བཅིངས། །ཉོན་སྟོབ་ཀྱི་ཁྲི་སྐྱགས་རྒྱ་ཏུ་ཁྲོན། །སྐྱོན་མོངས་ཀྱི་དོམ་སྐྱགས་ཐོད་དུ་  
 བཅིངས། །དུག་ལྡེང་བ་མིག་མང་དེར། །ཉོན་མོངས་སྟོང་པོར་མི་ཐོད་འཇུག །འདོད་སྟེད་  
 ཞགས་པ་རྒྱ་ཏུ་ཁྲུང། །མི་རིའི་ཤུན་པ་ཡན་ལག་མགོ་བོ་དང་། །མགོ་སྐྱགས་སྐྱ་བཅས་  
 ལུས་ལ་ཐོགས། །ཁ་ནས་སྟོན་ལ་བ་ཆལ་ཆོལ་འདོན། །ངག་ནས་པཎ་གྱི་སྐྱ་སྟེད་  
 འདོན། །སེམས་ལ་ལོག་ལྟེ་ཐུན་པ་འཁྲིགས། །ཆས་ལ་བརྟགས་ན་སྟོན་པོའི་  
 ཆས། །ལུས་ལ་བརྟགས་ན་མི་ཡི་གཟུགས། །སྟོང་ལམ་བརྟགས་ན་སྟེ་སྟེགས་  
 པ། །སེམས་ལ་བརྟགས་ན་དུད་འགྲོ་ཉིད། །ལར་རི་ལྟར་བརྟགས་ན་ཅི་ཤིང་རྣམས། །སྟོན་

པ་དངོས་ཉིད་དག་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། །དེ་འདྲའི་ཆོས་ལྡན་གཅོད་མཁན་དེས། །གཉི་  
ལྷག་པོར་ནག་རྩ་རིང་ལ། །མ་རིག་འབྱུང་བའི་སྒྲ་སྟན་བསྟད། །བདག་འཛིན་བརྟན་པོའི་  
གོང་མེད་བྱས། །གཅེས་འཛིན་སྒྲོ་ཆེངས་དམ་དུ་བསྟམ། །ཁེངས་རྒྱུ་ཤིང་པོའི་མཐུར་སྟབ་  
སྟོན། །རར་འཛིན་བརྟན་པོའི་གཅོད་པས་ཞོན། །སྤོ་མོ་ནག་མོས་པོར་སྒྲ་བྲིད། །བེདཀར་  
རྒྱལ་པོས་ལམ་མཁན་བྱས། །གཤེན་རྗེའི་ཆོག་གས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྟ། །བདུད་དམག་  
རྣམས་ཀྱིས་རྒྱབ་ནས་སྒྲེལ། །བཅན་རྒྱལ་རོལ་པ་གཡས་སུ་རྒྱག། །གཟའ་བདུད་མགོ་དགུ་  
གཡོན་དུ་རྩམ། །དུ་བདུད་རྒྱལ་པོས་སྟོང་ནས་སྟོར། །ལྷ་བདུད་ནག་པོས་འོག་ནས་  
འདེགས། །དེ་ལྟར་སྟེ་བརྒྱད་དབྱང་དང་བཅས། །ནག་ཕྱོགས་སྟོང་བའི་འཁོར་ཀྱིས་  
བསྟོར། །མི་མེན་པལ་པ་འདར་ཞིང་སྤངས། །དེ་འདྲའི་སྟེ་བརྒྱད་འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་  
ཀྱིས། །སྟོགས་དུས་ང་ཡི་བསྟན་པ་བཤེག་བྱེད་པས། །གཅོད་མཁན་ཀུན་ཀྱིས་སྤང་  
སེམས་བྱས་ནས་ནི། །འདྲེ་གདོན་དེས་པར་བྱལ་བ་ཁེངས་སེམས་ཀྱིས། །རབ་དུ་རྒྱས་  
པའི་གཅོད་མཁན་ཆེན་པོ་སྟེ། །འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ནི། །དམ་ཆོས་དགེ་བཅུའི་  
བྱགས་མ་ཡིན། །མི་དགེ་ཟང་ཟེང་གི་བྱད་ཤིང་ཡིན། །ཐར་པའི་སྟོག་གཅོད་བཤེན་པ་  
ཡིན། །རན་སོང་སྟོ་ལྷགས་འབྱེད་པའི་སྟེ་མིག་ཡིན། །བྱམས་སེམས་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་རྗེ་  
འབྱུང་གནས་ཡིན། །བཤེས་གཉེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱད་གནས་ཡིན། །མི་ནག་རྣམས་ཀྱི་  
མཆོད་གནས་ཡིན། །བྱད་མེད་འདུས་པའི་མཆོད་རྟེན་ཡིན། །བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཅེ་རྟོགས་  
ཡིན། །ཞལ་བུ་བྱི་ཡི་གཤེད་མ་ཡིན། །ཡུལ་པའི་གྲོང་དུ་རྒྱུན་གནས་ཡིན། །རི་ཁོང་དཔེན་  
གནས་སྤང་བྱ་ཡིན། །སྟོགས་དུས་ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་པའི་དུས། །ང་ཡི་ཆོས་ལྷགས་དེས་  
པར་སྟོག་པ་ཡིན། །གཅོད་མཁན་དེ་འདྲ་འབྱུང་རོ་བུ་སྟོབ་ཀུན། །ཡང་ནག་པོ་དགུ་སྟུག་  
ཅེས་བྱ་བའི། །གཅོད་མཁན་བྱ་བ་འདི་འདྲ་འབྱུང་། །གཉན་ཁོང་གྲོང་ནག་ཉག་ཏུ་  
འགྲིམ། །སྟོགས་པོ་ནག་མོ་རྣམས་དང་འགྲོགས། །ཉམས་ལེན་འདྲེ་ནག་བརྩུང་ལ་  
བྱེད། །བཟའ་བ་འོག་འཆོ་དཀོར་ནག་བཟའ། །དམིགས་པ་དུག་འབྱེད་ནག་པོ་

གཏོང་། །ལུས་ལ་བྱི་ནག་ལྷགས་པ་གྱོན། །མགོ་ལ་དོམ་ནག་ལྷགས་པ་བཞག །མི་རྒྱུ་རྩ་  
ནག་ཁ་ཆེ་འབྱད། །པལ་སྒྲ་དིར་དིར་བྱི་རྣམས་སྒྲོགས། །སུ་ཞིག་མཐོང་ན་མི་འཇིགས་  
སམ། །ཀུན་ལུང་དུག་གི་སྤོང་པོ་འབྲ་བ་ཡིས། །ང་ཡི་བསྟན་པའི་དགྲར་འབྱུར་བས། །དེ་  
འབྲའི་སྒྲིགས་དུས་ས་སྟེང་བྱབ་པ་འོང་། །ཡང་གཅིག་ཆ་ལུགས་འདི་འབྲ་འབྱུང་། །གཅེས་  
འཇོན་དུག་ལྡེ་ལུང་པོ་དེ། །དུར་ཁོད་རོ་གོས་སྤིང་བས་དགྱི། །མི་ཡི་རྒྱལ་མཆོན་ཐག་ལ་  
གཟར། །རོ་གོས་ཤི་སྒྲས་ལུས་ལ་བརྒྱན། །མི་ཡི་མགོ་རྒྱུ་ལག་ཏུ་སྒྲོགས། །མགོ་ལ་ཞུ་  
མེད་སྒྲ་ཡང་འབྱུང་། །རྒྱུ་ལ་སྒྲུམ་མེད་རྩེན་པར་འགོ། །གྲུབ་པ་སྒོམ་པོ་ཁ་སྒྲད་  
འདོན། །ལས་སུ་མི་དགེ་སྒྲིག་ལ་སྒྲུད་པར་བྱེད། །ཟས་སུ་མི་གཅང་སྒྲ་ཆོགས་བཟའ། །རོ་  
སྒྲུམས་བྱེད་དོ་ཁས་ལེན་ཅིང་། །མི་ཤ་ཟ་ཞིང་མཛེ་སྒྲད་འབྱུང་། །ནད་པའི་ཁྲག་རྒྱག་བྱི་རྩ་  
འབྱུང་། །སོ་གདོན་རྒྱལ་པོ་སྤིང་ལ་ཁྲགས། །འབྱུང་པོ་གདོན་ཐན་ཐུལ་བར་དེས། །མོ་  
གདོན་ཐིག་ནག་རྩ་ལ་ཁྲགས། །ཉོན་མོངས་ཆགས་པས་ལུས་སེམས་གཡེང་། །བཟོད་  
སྒྲགས་མེད་པར་རོ་ཆ་བྲལ། །བྱད་མེད་མཐོང་ན་སྒྲོག་བསྒྲོས་བྱེད། །བག་མེད་གད་རྒྱུང་  
ཆེན་པོ་སྒྲོག །དེས་འགའ་ལྷ་ཙམ་ཀྱ་ཙམ་འདོན། །དེས་འགའ་སྒྲུམས་ཀྱི་མགྲར་རྒྱུང་  
ལེན། །དེས་འགའ་པལ་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲད་འདོན། །དེས་འགའ་གར་བྱེད་པོ་ཡང་འབྲལ། །དེས་  
འགའ་གོས་སྤུང་གཅིང་ལུང་རྒྱག །སྤུང་སྒྲོན་པའི་ལས་སྒྲུད་ཀྱིས། །ལྷ་འདྲེ་འདུལ་བར་  
ཁས་ལེན་བྱེད། །ཐེག་ཆེན་དམ་ཆོས་མ་ཐོས་པ། །འདོད་སྟོད་གཞོད་སེམས་གཉིས་དང་  
རྒྱན་དུ་འགོག །ལུལ་པའི་གོང་ཁྱིར་སྤང་མདོ་དང་། །བྱི་འགོག་སྒྲར་ཀྱི་སྒྲས་འདབས་  
སུ། །ཆེ་གཅིག་གཉན་ས་དེ་དུ་བརྟག །བཤེས་གཉན་དམ་པ་མཐོང་ན་ཐབས་ཀྱིས་  
བཤོལ། །བྱད་མེད་མ་རབས་མཐོང་ན་འཇུག་མདངས་སྒྲོན། །དེ་འབྲའི་སྒྲུད་ལམ་བྱེད་པ་  
དེས། །ང་ཡི་རྩོད་རྟགས་ས་ལམ་སྒོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན། །ཐེག་ཆེན་བྲག་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་  
ཟེར་ནས། །མི་ནག་པོ་མོ་ཙམ་རྒྱུང་རྣམས། །བསྐྱས་ནས་ལོག་པའི་ལམ་ལ་སྒྲུར། །བཟའ་

བརྟུང་མི་དགེ་ལོག་འཆོ་བརྟེན། །སྒོ་ཕྱག་བསྐྱ་ཕྱིད་རྩལ་ལ་གཏད། །གཙོད་མཁན་ཡིན་ཟེར་  
ཁས་ལེན་ཤིང། །ང་ཡི་བསྐྱན་བཤེག་དེ་འདྲ་འབྱུང་། །

ཡང་ང་ཡི་བསྐྱན་བ་བཤེག་ཤིང་གི། །གཙོད་མཁན་ཞེས་པའི་མཐར་སྐྱད་ནི། །ཆ་  
ལྷགས་འདི་འདྲ་ཤིང་བ་ཡ་ཟུང་འབྱུང་། །མི་ཡི་ལུས་ལ་གཤེན་རྗེའི་སེམས། །དུར་ཁྱོད་རོ་  
ཡི་སྒྲིང་ན་གནས་བཅས་ཤིང་། །ཁྱི་རྟ་མི་ཡི་ཤ་ཟ་ཁྲག་ཀྱང་འཐུང་། །ལུས་ལ་མི་ཁྱིའི་  
བགས་བས་དགི། །གཅན་གཟན་འཛིགས་པའི་མགོ་ལྷགས་དེ། །གཞན་ལ་འཛིགས་འདོད་  
མགོ་ལ་གྱོན། །མི་ཡི་མགོ་ལྷགས་སྐྱ་བཅས་ཏེ། །རྒྱུང་ལ་གྱོན་ནས་འཛིགས་ཚུལ་  
སྟོན། །མི་ཡི་མགོ་རྒྱུ་རྩལ་ལྷགས་ལ་ཐོགས། །མི་སྒྲིང་སྒྲིང་བས་མགུལ་ལ་བརྒྱན། །རྟ་  
ལྷགས་སྒྲིང་ན་གྲུང་དུ་འབྱུངས་ཤིང་ཅིང་། །རོ་གོས་སྐྱ་ཆོགས་འོག་ནས་གདན་དུ་  
གདིང་། །འཛིག་རྟེན་མི་ཡི་ཟས་གོས་སྐྱང་། །མི་མེད་ས་མཐའ་རྟག་དུ་གནས། །རབ་བྱུང་  
ལ་སོགས་མི་ཡི་སྡེ། །མཐོང་ན་གཟུང་ཞིང་གི་བ་དུ་ཉལ། །བྱ་གཅན་ལ་སོགས་དུད་འགྲའི་  
སྡེ། །མཐོང་ན་དགའ་ཞིང་ཅེ་བར་ཤིང། །ཆས་ནི་གཤེན་རྗེའི་ཕོ་ཉ་བཞེན། །ལུས་ནི་མི་ཡི་  
གཟུགས་སུ་གདའ། །སེམས་ནི་སྤྲོ་ཕོའི་སེམས་ཡིན་ཅོ། །སྟོད་ལམ་ཅེ་སྐྱང་དག་དང་  
མཚུངས། །གནོད་པའི་སེམས་དང་རྒྱུན་དུ་འགྲོག །མི་རྟ་ཁྱི་གསུམ་གྱི་ལ་ཡིད་སྟོན་  
ཤིང། །ཤ་ཟ་ཁྲག་འཐུང་བགས་བ་གྱོན་ལ་དགའ། །གཤེན་རྗེ་བཤེན་པའི་རུས་བ་  
བསྐྱེད། །བྱི་ཟ་གཤེན་རྗེའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོད། །འབྱུང་པོ་པལ་བ་ལྷགས་གྱིས་འདུས། །རྟ་  
སྒྲིའི་གད་རྒྱུང་ཆེན་པོ་སྟོན། །རེས་འགའ་གཅན་གཟན་ངར་སྐྱད་ཤིང། །རེས་འགའ་ཕ་མོ་  
ཟུག་སྟོང་ཤིང། །རེས་འགའ་དམ་ཉམས་སྐྱ་རྒྱུང་ལེན། །རེས་འགའ་སྤྱི་ལོང་གྲུང་གྲུང་  
ཤིང། །རེས་འགའ་པཌ་སྐྱ་ཤར་ཤར་ཤིང། །རེས་འགའ་རྩྱ་རིང་ལྷུང་ལྷུང་འདོན། །བརྒྱ་ལས་  
ལན་ཅིག་ལུལ་དུ་རྒྱག །མི་རྣམས་འདུས་ནས་གཟིགས་མོ་ཤིང། །ཁྱི་རྣམས་འདུས་ནས་ཀྱ་  
ཙོ་འདོན། །བྱུང་མེད་གྱིས་བ་འཛིགས་བས་ཤིང། །འཛིག་རྟེན་མི་ཡི་ཟས་ཞོར་སྤོང་ཆོད་  
ནས། །བྱ་བཏང་ཆེན་པོར་ཁ་སྐྱད་འདོན། །ཆོས་བརྒྱད་མགོ་བོ་སྟོམས་བ་དང་། །གྲུབ་ཐོབ་

ཆོས་ཉགས་འདི་ཡིན་ཟེར། །ཐེག་ཆེན་དམ་ཆོས་བསྐྱབ་པ་དང་། །ང་ཡི་ཐེས་སུ་ངེས་པར་  
 འབྲུག་པ་ཡི། །གཙོད་མཁན་ཆེན་པོར་ཁས་ལེན་བྱེད། །ང་ཡི་བསྟན་པ་ཉམས་པའི་མཐར་  
 སྐྱད་ནི། །གཙོད་མཁན་དེ་འདྲ་འབྱུང་ངོ་བུ་སྟོབ་ཀྱི། །ཀྱི་བྱད་དེ་ལྟར་བྱེད་དང་དེ་འདྲ་  
 དང་། །དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་གཙོད་མཁན་དེ་རྣམས་ཀྱི། །སྟོན་ལམ་ཆ་ལུགས་བརྟུན་པས་ལང་  
 བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་བས་བརྟུན་ན་སྟོང་འབྲུག་ཁམས་འདུས་ཨང་། །ལས་ངན་མཐའ་  
 ལས་བསམ་འདས་སྐྱབ་བྱེད་པ། །ཆོས་ལོག་མངོན་གྱུར་གཙོད་མཁན་དེ་རྣམས་ཀྱིས། །ང་  
 ཡི་ཆོས་ལུགས་ངེས་པར་ལྟོག་ནས་ནི། །ཆེ་འདིར་འདོད་ཡོན་སྤྲོ་མོ་འཛོལ་འདོད་  
 ཟུར། །ཉོན་མོངས་ཁོ་འབྲུག་དཔའ་གཏུམ་ངར་བསྐྱེད་ནས། །རི་གཉན་བཙོམ་ཞིང་བྲག་  
 གཉན་བཞིག །ཚུ་གཤམ་དགྲུག་ཅིང་ཞིང་གཉན་གཙོད། །ས་གཉན་རྟོ་དང་རྟོ་གཉན་  
 སྟོག །བསྟན་སྐྱང་ལྟ་ཡི་པོ་བྲང་བཙོམ། །གནས་ཆེན་རྣམས་ལ་དམིགས་ངན་རྒྱག །གནས་  
 ཐུན་རྣམས་ལ་གཏད་པར་བྱེད། །དེ་འདྲའི་དམིགས་ངན་སྐྱད་ཅིག་གིས། །གཞུགས་མེད་  
 སེམས་ཅན་གངས་མེད་རྣམས། །སྤྱག་བསྐུལ་བརྟུན་སྐྱགས་མེད་པའི་ལས་ལ་སྦྱོར་བྱེད་  
 ཅིང་། །རྟོན་གསུམ་གནད་སོང་ལ་སོགས་མཆོམས་མེད་ལས་རྣམས་དང་། །མ་ཉེས་རྩན་  
 བགང་ལ་སོགས་ལས་ངན་སྤྲོ་ཆོགས་ནི། །འཛིགས་རྩང་དཔག་མེད་རྒྱན་དུ་སྐྱབ་བྱེད་  
 པས། །མཐུ་ཆེན་གཙོད་མཁན་དེ་དག་ནི། །ནང་པའི་གྲར་མི་རྩྭ་ཅིང་བྱི་རོལ་ལྷ་སྟེགས་པ་  
 ཡིན། །དུས་རྒྱུད་ཐོན་ལ་མི་བསྐྱེ་བ་མལ་མི་ནག་ཡིན། །རིགས་ཆད་སྟོགས་སྐྱུང་མི་རིགས་  
 བང་ནས་ཡལ། །ཡི་དྲགས་གཤིན་རྗེའི་རྩོ་བོ་སྟོགས་དང་འབྲད། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་  
 བང་ནས་གཙོད་མཁན་དེ་འདྲ་དང་། །མི་རིགས་བང་ནས་འདབ་སྐྱེས་ཤང་ཤང་  
 དང་། །འདབ་ཆགས་བང་ནས་ལུས་ཅན་སྤྲོ་སྤྲད་དང་། །འདི་གསུམ་མཆོངས་ཉེ་རང་རང་  
 རིགས་ལས་ཆད་ཅིང་སྟེ་གཞན་མེད། །ལར་འདི་གསུམ་ལྟས་ངན་ཅན་གྱི་གཞུགས་ཡིན་  
 པས། །གང་དང་འབྲད་ལ་དེ་ནི་ཉེས་པའི་སྟོན་ལ་སྦྱོར་བར་བྱས། །དེ་འདྲའི་གཙོད་མཁན་  
 དེ་ཡི་ལས་ལ་སེམས་པ་ན། །སྟོང་རྗེ་མེད་པའི་གཤིན་རྗེ་ཁོ་རྩམ་གྱུར་པ་མང་། །མིག་ནས་

ཐག་གི་མཆི་མ་རབ་ཏུ་འབྱུག་ཅིང་འབྱུང་། །ཀྱི་རུད་དེ་བས་སྒྲེ་སྤྲུགས་འདོན་པའི་ཆོད་མ་  
མཆིས། །སྤྲུགས་དུས་ཆོས་ཁྲིམས་འཆུག་པའི་རྟགས་འབྱུང་དེ་ཡི་དུས། །ང་ཡི་ཆོས་  
ལུགས་རྟ་བདུན་རྒྱལ་པོ་མཁའ་ལ་འབྱུང་འདྲ་དེ། །སྟོན་རུས་སུན་སྒྲིང་སྟག་ནག་འཐེབ་  
པོར་སྦྱར་བྱེད་པའི། །འདིར་བཤད་གཞོད་མཁན་དེ་འདྲ་འབྱུང་ངོ་ཀྱི་རུད་བྱ་སྟོབ་ཀྱུན། །བྱ་  
མོ་རྒྱན་མཆོན་མས་རྩིས་པའི་ལན་དེ་ལ་གྱིས་དང་མ་བཟེད་ཨང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་རྒྱན་མཆོན་མས་ཞུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། རང་རེའི་ཆོས་ལུགས་འདི་བརྒྱུད་  
བ་དགུ་བ་ནས་ལོག་པར་སྟོན་ཅིང་ལོག་པར་སྟོན་པའི་གང་ཟག་གི་མཆོན་ཉིད་རྣམས་གོང་  
བཞིན་གསུངས་པ་མཐར་སྟུང་དང་བཅས་པའི་བྱང་ཚུལ་རྣམས་ཅུང་ཟད་གོ་བ་ལགས་  
ཀྱང་། ལོག་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ཀྱི་མཐར་སྟུང་འབྱུང་བའི་སྟེང་། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་བ་  
ཉམས་ལ་སྤྲུག་གི་བར་དེར། རང་རེའི་ཆོས་ལུགས་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཞིག་འབྱུང་  
གསུངས་པའི་ཆོས་ལུགས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་ཅི་ཞེས་བ་ཞིག་འབྱུང་། བསྟན་  
བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་དེ་མ་ཅིག་གི་སྦྱལ་པའི་ཆ་ཤས་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེ་མ་  
ཡིན་པ་གཞན་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེད་རྣམས་ལ་གསུང་བར་ཞུ་འཆའ་ཞེས་ཞུས་པས།

མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བྱ་སྟོབ་ཀྱུན་ཉོན་དང་། རང་རེའི་ཆོས་ལུགས་ལོག་པར་  
སྟོན་པའི་གང་ཟག་གི་མཐར་སྟུང་དུར་ཁོད་ཀྱི་ཤ་ཟ་ལྟ་བུའི་འདིགས་བ་ཞིག་འབྱུང་བའི་  
སྟེང་དུ་མ་ལགས་ཏེ། ང་བསྟན་པའི་མཐར་སྟུང་འབྱུང་བའི་དུས་དེ་ཉིད་དང་མཆུངས་པའི་  
དུས་ནས། བསྟན་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གཅིག་ཅུམ་འབྱུང་སྟེ། སྟག་རུམ་དུ་  
སྟོན་འབྱུ་བ་ཅུམ་ལས་མི་རུས་ཀྱང་། བསྟན་བ་ལོག་པར་སྟོན་བ་རྣམས་ལ་གཞོད་པར་  
རུས་སོ། །ཁྱད་པར་དུ་གང་ཟག་བསོད་ནམས་སུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རུས་བ་དང་ལྷན་བ་  
གཅིག་འབྱུང་སྟེ། གང་ཟག་དེ་དག་ནི་རེའི་ཆོས་ལུགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡང་དག་ངའི་  
ཆོས་སྟོལ་ད་ལྟར་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཁ་སྤྲུག་པས། ཡང་དག་པའི་ཆོས་  
ལུགས་དང་ལོག་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྟོལ་རྣམས་སོ་སོར་ཡང་དག་པར་བར་ཏུ་བྱེ་ནས།

ལོག་པའི་ཆོས་ལུགས་སྤང་ཞིང་། ཡང་དག་པའི་ཆོས་ཀྱི་སློལ་ལ་འཇུག་ཅིང་གཏོར་ཆོས་  
རྣམས་བཏོན་ནས་སྤང་བའི་ཚུལ་དུ་འཆད་ཅིང་། ངའི་ཆོས་ལུགས་ད་ལྟ་དང་མཆོངས་པ་  
ཉམས་སུ་ལེན་ཅུས་པའི་གང་ཟག་སེང་གའི་མཆོན་ཐོགས་པ་གཅིག་འབྱུང་གི། གང་ཟག་  
དེ་ནི་ངའི་སྤྱལ་པ་ནི་མ་ཡིན། ངའི་བྱིན་རྒྱལ་པ་འཇུག་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སེང་གའི་  
ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་སྒྲིགས་དུས་ངའི་ཆོས་ལུགས་ལོག་པར་སྐྱོད་པའི་མཐར་ཐུག་ལ་ཁད་ཤིན་  
ཏུ་ལོག་སྐྱོད་རྒྱས་པའི་དུས་སུ། ཆོས་ཀྱི་སེང་གའི་འདྲིས་པའི་བསྟན་པ་ལ་དགོངས་ཏེ་འོངས་  
ནས་ངའི་ཆོས་ལུགས་གཤམ་པ་རྣམས་མངོན་དུ་སྤྱང་ཞིང་། ངའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སློལ་འཇུག་  
ཅིང་སོ་སོའི་སློལ་རྣམས་ནང་འདྲེས་སུ་སོང་བ་ཁྲག་དང་འོ་མ་འདྲེས་པ་ལྟ་བུར་འདྲེས་ནས་  
འབྱེད་དཀའ་བ་དང་། ལོག་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་རྒྱུ་རྣམས་སོ་སོར་བསལ་ནས། ལོག་པ་  
རྣམས་ཆར་གཅོད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཆོས་ལུགས་རྣམས་སོ་སོར་གཏོད་པར་བྱེད་པ་  
ནི། དཔེར་ན་ནམ་ཀྱི་ཐོར་ངས་དང་པོའི་སྐྱེ་རངས་ཤར་བ་དང་མཆོངས་ཏེ། དེ་ནས་ཐུན་པ་  
རྩེ་དྲངས་རྩེ་དྲངས་སུ་སོང་ནས་ནམ་ལངས་ཏེ་ཉི་མ་ཤར་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིགས་དུས་ཆོས་  
ཀྱི་སེང་གས་ཡང་དག་པའི་ཆོས་སློལ་བཏོད་པ་ནས་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་སོང་ཙ་ན། ཆོས་ལོག་  
གི་སྤྱ་ཡང་མི་གྲགས་ནས། ངའི་ཆོས་ལུགས་ད་ལྟ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པ་ནི་མཁའ་ལ་ཉི་མ་  
ཤར་བ་བཞིན་མི་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཙ་བདུན་བར་དུ་འབྱུང་བས། དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་  
བྱིས་ལ་ཡིད་ལ་ཞོག་དང་རིགས་ལྡན་བུ་སློབ་ཀྱིན། ཞེས་གསུངས།

ཡང་རྒྱན་མཆོན་མས་ཁྱུས་པ། མ་ཅིག་ལགས། སྒྲིགས་དུས་རང་རེའི་ཆོས་ལོག་  
པར་སྐྱོད་པའི་མཐར་ཆོས་ཀྱི་སེང་གའི་འོངས་ནས་ཆོས་ཆོས་ལོག་ཆར་གཅོད་ཅིང་ཡང་དག་  
པའི་ཆོས་ཀྱི་སློལ་བཏོད་ནས་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་དོན་བདུན་བར་དུ། རང་རེའི་བསྟན་པ་  
དར་རྒྱས་འབྱུང་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་ལགས་མོད། འོན་ཀྱང་མ་ཅིག་རང་གིས་གསུངས་པའི་  
ཆོས་ལུགས་རྣམ་དག་ནི་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཅི་འདྲ་བ་མཆིས་པ་ལགས།



ཞེས་ཞུས་ཏེ། མ་ཅིག་གི་ཞལ་ནས། བྱ་མོ་ཀུན་ཉོན་དང་། འཇི་ཆོས་ལུགས་འདི་དོན་ལ་  
གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་མེད་པས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ལས་བྱུང་བའི་མདོ་རྒྱད་  
གཉིས་དང་། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་མན་དག་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
དོན་ངས་མ་ལོན་པ་ཡང་མེད་ཅིང་། ང་དང་མི་མཐུན་པ་ཡང་ཆོས་ཕྱི་ནང་གི་དོན་ལ་མེད་  
དོ། །འཇི་ཆོས་ལུགས་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་ཆོག་ལ་ཡོད་དོ། །

ཕྱིས་འབྱུང་གི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་སྤྲེལ་གྱི་ཆོག་རྣམས་ལུང་དུ་བྲངས་དེ་  
ཡང་སྟོན་བྱུང་གི་བཀའ་བསྟན་བཅོས་གང་གི་ཆོག་ལ་ངས་སྟོས་པ་མེད་པས་ན། ལུང་  
ལུངས་སུ་སྟོས་པ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་དུ། ངས་བཤད་པའི་ཆོས་ལུགས་ལྟར་མ་ཞུགས་པ་  
རྣམས་ལ། བཀའ་བསྟན་བཅོས་སྟོན་བྱུང་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་གི་ངོ་བོ་མེད་དོ། །སྟོན་གྱི་མདོ་  
རྒྱད་དང་བཀའ་བསྟན་བཅོས་གཉིས་ལས་བྱུང་བའི་མདོ་སྤྲེལ་གྱི་ཆོག་ཡང་དག་པ་  
རྣམས་ལ་དཔང་པོ་བྱས་ནས་ཆོག་དེ་དག་ཀྱང་ལུང་ལུངས་སུ་བྲངས་ནས། འཇི་ཆོས་  
ལུགས་དང་མཐུན་པར་བྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་བྱུང་ཡང་། ངས་བཤད་པའི་ཆོས་ལུགས་  
དངོས་ནི་མ་ཡིན་ཞིང་། ཕྱིས་འབྱུང་གི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་སྤྲེལ་གྱི་ཆོག་རྣམས་  
ལུང་དུ་བྲངས་ནས་འཇི་ཆོས་ལུགས་རྣམ་དག་དང་མཐུན་པེས་ན་འཇི་བསྟན་པ་ལ་པན་  
ཐོགས་པ་ཡང་མང་པོ་འབྱུང་དོ། །

དེ་ལྟར་སྟོན་བྱུང་གི་བཀའ་བསྟན་བཅོས་གཉིས་ལས་བྱུང་བའི་མདོ་སྤྲེལ་གྱི་  
ལུང་གིས་བསྟོན་པའི་གཙོད་ལུགས་གང་བྱུང་ཡང་། ངས་དངོས་སུ་བཤད་པའི་ཆོས་མ་  
ཡིན་ལ། ངས་དངོས་སུ་བཤད་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་ཡང་། སྟོན་གྱི་བཀའ་བསྟན་བཅོས་  
གང་གི་ཡང་ཆོག་དངོས་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། བཀའ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་རྣམ་དག་དང་  
མི་མཐུན་པ་ནི་སྐྱབས་བརྒྱུར་བཤགས་པའི་ཆ་ཙམ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ངས་དངོས་སུ་བཤད་  
པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་ལུང་ཆོག་གིས་བསྟོན་པ་མེད་པས། འཇི་ཆོས་ལུགས་གཞན་དང་མི་  
འདྲ་བའི་བྱད་པར་དེ་ལྟ་བུ་ཤེས་པར་གྱིས་དང་བྱུང་དང་བྱུ་མོ་ཀུན་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་

ལྷར་མ་འོངས་པར་ཆོས་ཁྲིམས་འཁུག་པར་ལུང་བསྟན་པ་དང་། བསོད་ནམས་རྒྱན་དང་།  
རྒྱན་ཆེན་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཁྱེས་པའི་ཡང་དག་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ལེའུ་སྟེ་བཙུ་བ་ནི་རྣམ་  
དག་གོ།

མ་ཅིག་གི་རྣམ་ཐར་བཤད་པ་ཆེག་མགོ་སྟོས་པ་ཅམ་དང་། ལུང་པར་ལུས་མཆོད་  
སྒྲིན་བྱེད་པའི་ཚུལ་དང་། མ་འོངས་པར་ལུང་བསྟན་པ་དང་བཅས་པ་མདོར་བསྡུས་པ་ཅམ་  
ཀྱི་རྣམ་པར་བཤད་པ་འདི། ཕྱི་རབས་རྣམས་ལ་པན་པའི་སྦྲང་དུ་ལེའུ་བཙུའི་ཚུལ་དུ་བྱས་  
ནས་གང་པ་བདག་གིས་ཡི་གེར་བཀོད་པའི་དགོ་བ་དེས། པ་མས་གཙོ་བྱས་སེམས་ཅན་  
རྣམས། །ཉོན་མོངས་བདུད་ལས་རབ་རྒྱལ་ནས། །རྒྱལ་ཡུམ་གོ་འཕང་འདི་ཉིད་ལ། །བདེ་  
ལྷག་ཉིད་དུ་འགོད་པར་ཤོག།

རྣམ་བཤད་ཆེན་མོའི་བརྒྱད་པ་ནི། མ་ཅིག་ལབ་ཀྱི་སྟོན་ལ། སྤས་ཐོད་སྟོན་བསམ་  
འགྲུབ། གང་པ་རྒྱུག་སངས། གང་པ་ལྷན་གྲུབ། སངས་རྒྱས་བསྟན་སྤང་། མཉམ་མེད་རྩོ་  
རྩོ་འཛིན་པ། གང་པ་རིན་ཆེན་རྒྱལ་མཆོན། ལྷ་མ་རྩོ་རྩོ། སྤགས་ཞིག་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་  
མཆོན་རྣམས་སོ། །ཡང་ཕྱིས་སུ་བརྒྱད་པ་ནི། བཟ་ཤིས་རྒྱལ་མཆོན། ཤིས་རབ་འགྲུལ་པ།  
དགོན་མཆོག་དཔལ་བཟང་པ། ཉི་མ་རྒྱལ་མཆོན། མོན་གཙོད་བཙོན་འགྲུས་སང་གོ། དེ་  
ནས་བདག་སངས་རྒྱས་དཔལ་ལོ། །

ལུང་པོ་གཟན་བསྐྱར་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ཆེན་མོ་གཙོད་ཀྱི་དོན་གསལ་ལེའུ་བཙུ་བ་མ་  
ཅིག་གི་རྣམ་ཐར་རྒྱས་པའི་ལུང་བརྒྱད་ནི། མ་ཅིག་ལབ་སྟོན། དམ་པ་ཀུན་དགལ། ཆ་བ་  
དགོན་པ། རྒྱལ་བ་དེ་ནི། ཉི་མ་སང་གོ། སྟེ་མོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ། རྒྱལ་སྤས་སྤྱུ་མཆེད།  
རྒྱ་སྟོན་སྟོན་ལམ་ཤིས་རབ། དམ་ཆོས་ཀུན་མཁྱེན། བྱང་ཆུབ་བཟང་པོ། རྒྱ་སྟོན་རྩོ་རྩོ་  
གདམས་པ། རྒྱ་མཆོ་སྤྱུར་པ། བདེ་ཆེན་ལྷན་གྲུབ། ནམ་མཁའ་བཟང་པོ། འཇམ་དབྱངས་  
དཔལ་འབྱོར་ལྷན་གྲུབ། དཔལ་འབྱོར་ཕུན་ཆོགས། བཟ་ཤིས་བཟང་པོ། འཆི་མེད་སྟོ་གྲོས་  
བསྟན་པ། སྤར་མ་སྟོན་ལྷ། འཆི་མེད་གཞོན་ནུ་སྟོ་གྲོས། རྩོ་སྤྱལ་བཟང་རྣམ་གྲོལ། མཁན་

ཆེན་མོ་གསལ་རབ་རྒྱས། ཞི་བ་ལྷ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ། དཀའ་བཅུ་བྱམས་པ་སྒོ་གོས། རྒྱ་  
ར་སྒྲུལ་སྒྲུ་སྒོ་བཟང་ཆོས་འཕེལ། ལྷ་བཅུན་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན། རྒྱ་གར་བ་སྒོ་  
བཟང་རབ་བརྟན། རྒྱད་ཆེན་དག་དབང་ཤེས་རབ། རྒྱད་ཆེན་བསྟན་པའི་ཉི་མ། དེས་བདག་  
བྱམས་པ་བསོད་ནམས་ལཱོ། །

ཆོས་སྒྲུ་ཡུམ་ཆེན་མོའི་དགོངས་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་བསྟན་སྒྲི་དང་བྲེ་བྲག་  
ཡལ་རྩེ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་རིང་དུ་གནས་ཤིང་། དེ་འཛིན་དམ་པ་  
ནམས་སྒྲུ་ཆེ་བརྟན་ཅིང་ནམ་པར་དཀར་བའི་འཕྲིན་ལས་ཡར་ལྷེར་སོན་པར་གྱུར་  
ཅིག །འཛིག་རྟེན་ཀྱང་ཉུ་མི་དགེ་བའི་རྒྱད་པ་རིང་དུ་དོར་ནས་ཆོས་འབྱོར་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཆོ་  
བར་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆོག་གཉིས་རྩོགས་སྤྱིབ་གཉིས་བྱང་ནས་  
སྦྱེ་བ་མེད་པ་ཆོས་སྒྲུ་ཡུམ་ཆེན་མོའི་གོ་འཕང་མདོན་དུ་བྲེད་པར་གྱུར་ཅིག །

དགེ་བ་འདི་ཡིས་འགོ་བ་ཀྱང་། །གཞོན་ནུ་ལོར་བཟང་ཅི་བཞིན་དུ། །

ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ཡི། །སྒྲ་མ་དམ་པ་མཉེས་བྲེད་ཤོག །

ཨོ་སྤྲི་ཉི།

ཆོས་སྤྱིད་འབྱོར་པའི་མཛོད་དང་དགེ་བཅུ་ལྷན། །

དཀའ་ལྷན་རབ་རྒྱས་ཞེས་བྲའི་རྒྱད་གྲ་ཆེར། །

ཀྱན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་ཡལ་སྒྲས་ཀྱི། །

སྒྲགས་རྩེས་ཆོས་སྦྱིན་འཇད་མེད་རྒྱན་འདི་སྒྲེལ། །

སར་མརྒྱ་ལོ། དགེ་ལེགས་འཕེལ། །



## ༡༡། །མ་ཅིག་གི་རྣམ་ཐར་མཛད་པ་བཙུག་པ་བཞུགས་སོ། །

།མཁས་བཙུན་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དཔལ་བཟང་པོས་མཛད།<sup>1</sup>།

ཱ་གི་མཆིེ་ ཡུམ་ཆེན་ཤེར་ཕྱིན་ཐུགས་མཆོ་ལས། །ཉེར་བསྟན་མ་ཅིག་པལ་ཀ །མཆོན་  
དཔའི་ཟུ་འབྱ་རབ་རྒྱས་པ། །ཕྱིན་ཆེན་སྤང་ཅི་སྟོན་དེར་བསྟོད། །ཁྱོད་སྟོན་དགའ་ལྷན་  
ལྷ་ཡི་ཡུལ། །ཁོར་བྱ་ཕུན་ཆོགས་ཞེས་བྱའི་གོང་། །རང་བྱུང་ཤེས་གྱི་མཆོད་ཉེན་བྱང་། །ཱ་  
གིའི་གཙོ་མོ་གསེར་མདོག་མ། །མཁའ་ལ་སྟོད་པའི་རྩ་འབྱུང་གིས། །ཨོ་རྒྱན་གནས་ཉལ་  
ཡུལ་ཆེན་གྱི། །མཁའ་འགྲོ་ཡོངས་གྱི་ཆོགས་དཔོན་མཛད། །སྤྱལ་པའི་མཛད་པ་དངོས་  
པོར་བསྟོད། །འཕགས་ཡུལ་སེར་སྤྱའི་གོང་བྱེད་དུ། །གནས་ལྷ་རིག་པའི་བརྟེན། །སྤྲོ་མོ་  
བྱ་བ་ཏུ་མཆོན་གཤམ་པ། །སྤྱེགས་ཀོལ་བ་འབྱམ་སྤེའི་ཆོགས། །ཆར་བཅད་སངས་  
རྒྱས་བསྟན་པ་སྤེལ། །དེ་ནས་པོ་ཏ་ལ་རུ་གཤེགས། །གཟུགས་སྤྱའི་བསྟུ་བ་མཛད་ནས་  
ཅི། །དོ་མཆར་ཉེན་བཞག་གང་དེར་བསྟོད། །གང་དེའི་རྣམ་པར་སྤྱལ་པ་ཅི། །བོད་ཡུལ་  
གངས་རིའི་ཡུལ་སྤྲོངས་འདྲི། །བསམ་བཞེན་སྤྱེ་བ་ཡོངས་བཟུང་བ། །མཁར་ཆེན་བཟའ་  
ཡི་མཆོ་རྒྱལ་ཞེས། །ཨོ་རྒྱན་ཐུགས་སུ་བྱོན་པའི་ཡུལ། །གངས་ཆེན་ཆོས་གྱི་སྒོ་འབྱེད་  
མ། །འགྲོ་བ་ཡོངས་གྱི་དོན་མཛད་པའི། །མཁའ་འགྲོའི་དབང་མོ་དེ་ལ་བསྟོད། །

སྤྱིགས་མ་ཅོད་པ་རྒྱས་པའི་དུས། །བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བ་ཅན་སྤྲོངས་སུ། །ཤེས་རབ་  
པ་རོལ་ཕྱིན་མ་ཡི། །སྤྱལ་པ་ལ་བ་སྟོན་ཞེས་བྱ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་ཡུལ་མིང་ལ་བ་

<sup>1</sup> མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་མཛད་ཆེན་མོ། རྟོན་ཆ། བོད་སྤྲོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་། ༢༠༡༢ ལོ། ཤོག་གངས་ ༡༠༩  
ནས་དང་། འཕགས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆེན་མ་ཅིག་གི་རྣམ་ཐར་ཐར་པ་བསྒྲིག་པའི་ཕྱི་ལོ་ རྟོན་ཆ། བོད་སྤྲོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་  
རྒྱུན་ཁང་། ༢༠༡༣ ལོ། ཤོག་གངས་ ༣༩༠ ནས་ ༣༩༢ བར་བཞུགས་པ་ལས་བཏུས་པའོ།

ཞེས་པར། ཁྱེད་ཅེས་གྲགས་པའི་གདུང་རིགས་སུ། །སྤྱི་བསྐྱམས་མཆོན་ནི་སྟོན་མེད་  
 གྲགས། །མ་ཅིག་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགོ་བསྟོད། །ཡབ་ཡུམ་བཀའ་ཡིས་དབང་མེད་  
 དུ། །འཛིག་རྟེན་ཁྱིམ་སྡོར་བཏར་བའི་ཆེ། །མཛེས་སྤྱིའི་ཁྲིམ་ཐོག་གཙོད་པའི་དུས། །ཁྲུན་  
 ལོས་དང་བཅས་ཚུ་ལོ་བཟུལ། །སྟོ་རྩུ་བཏབ་ཅིང་དཔྱེ་མར་གིས། །ཡུས་ཡུག་མཛེ་མའི་  
 ཡུས་ཚུགས་བཟུང་། །མཐེ་ལོར་བཅད་སོགས་ཞེ་བཅད་མཛད། །འཛིག་རྟེན་འཆིང་བ་  
 སྐར་མ་དེར་བསྟོད། །བྲ་བ་མཛོན་ཤེས་ཅན་གྱི་བྱང་། །བསྟོད་པ་མཛད་ནས་པར་ཁྱིན་  
 བསྐྱུལ། །ཡུམ་དོན་མ་ཡུས་ཤུགས་སུ་ཆུད། །ཁྲ་མ་སྟོ་ལ་དབང་བཞི་ཞུས། །ཡེ་ཤེས་པ་བ་  
 ཏུ་མཁའ་ལ་གཤེགས། །སྤྱི་ཡི་གར་ནི་ཉིང་ལྷ་མཛད། །གསུང་ནི་སྐྱེའི་སྐྱད་ཏུ་  
 བསྐྱུར། །ཤུགས་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན། །དོ་མཆོར་མཛད་པ་བསྟན་དེར་བསྟོད། །

རྟེན་པོ་གསེར་ལག་ཅན་གྱི་བྱང་། །རྗེ་བཅུན་སྒྲོལ་མས་རྗེས་བརྒྱང་སྟེ། །ཆུ་མིག་  
 བརྒྱ་ཅར་སྐྱབ་བ་གྱིས། །ཕྱི་རབས་རྗེ་འབྲུག་ལས་འདི་ལ། །བཞེན་ནས་ཕྱིར་མི་སྒྲོག་པའི་  
 ས། །དེས་པར་སྐོབ་ཅེས་ལུང་བསྟན་མཛད། །བདུད་གཙོང་ཟབ་མོའི་མན་ངག་  
 གནང་། །ཚོད་བལ་ཀུན་གྱིས་མཆོད་ལ་བསྟོད། །ལ་སྟོད་དེང་རིར་བྱོན་པའི་མོད། །རྗེ་  
 བཅུན་དམ་པ་སངས་རྒྱས་ལ། །ཏང་བུ་ལྟ་པའི་རྣམ་ཐུལ་ཏེ། །བྲག་འཆལ་མཛད་དེ་དམ་  
 པས་ཀྱང་། །མི་མེན་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་ལ། །རྣམ་ཐར་གསུམ་གྱི་སྒོ་འཕྲེད་ལ། །བདུད་གྱི་  
 དབུང་རྣམས་འཛོམས་མཛད་ལ། །ལབ་སྒྲོན་ཁྱོད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་བསྟོད་ཀྱས་  
 པས་བྲག་ལན་མཛད། །ཐུབ་དབང་ནས་བརྒྱད་མདོ་སྟོད་དང་། །འཇམ་དཔལ་ནས་བརྒྱད་  
 པ་རྒྱད་དང་། །པག་མོ་ནས་བརྒྱད་མ་རྒྱད་དང་། །སྒྲོལ་མ་ནས་བརྒྱད་གཉིས་མེད་  
 རྒྱད། །གཙོང་བསྐྱར་དབང་ཁྲིད་རྫོགས་པར་གནང་། །དམ་ཆོས་སྐྱག་བསྐལ་ཞི་བྲེད་  
 གྱི། །མན་ངག་སྐྱགས་བཅུད་གང་དེར་བསྟོད། །

བྱ་ཆར་གྱིས་དཔེན་ཅིའི་ཡོངས་སྟོན། །བལ་ནས་སྤྲུག་ལས་བརྒྱད་བབས་  
རྒྱུ། །ཆད་བས་ཡིད་ལ་སྤྲུག་བསྐྱར་གིས། །བས་མཐའ་རྩལ་ཆེ་བྲག་ལྷུག་ན། །སྤྱི་ལུས་

གཅེར་བྱ་རུས་རྒྱལ་ཅན། །ཅང་ཉེའུ་འཁོལ་ཞིང་རྒྱུང་འབྱུང། །ཁ་རྒྱལ་འཆང་བའི་  
མཁའ་འགོ་གཅིག་། མཆོན་ཉིད་ལྷན་པའི་ཀ་སྤ་ལར། །རང་བྱུང་བདུད་ཅི་རྩལ་བཞིན་  
དུ། །ཉམས་དབྱངས་འཐེན་པའི་དཔལ་ཡོན་མཐོང་། །རང་འདོད་དངོས་གྲུབ་ཞུས་པའི་  
མོད། །མཁའ་ལས་ཆར་བབས་ཅི་ཐོག་རྒྱས། །དཀར་བཞོན་འཛད་མེད་དངོས་གྲུབ་  
ཐོབ། །དེ་ལ་གནས་གཞིའི་མཁན་སྟོབ་ཆོགས། །མ་རུང་རྒྱལ་བར་བཅུམ་པ་ན། །མ་ཅིག་  
སྐྱ་གསུང་ཉིང་འཛིན་གྱིས། །ཟེལ་ལོག་མནན་པས་མཁན་པོས་བཏུད། །དེས་དོན་ལྷ་སྟོན་  
སྟོན་འབྲས་ཀྱི། །ཆོས་འཁོར་དང་པོ་བསྐྱོར་དེ་བསྟོད། །ཟངས་རི་ཁང་དམར་དགོན་པ་  
རུ། །རིགས་བཞིའི་མཁའ་འགོ་བདུད་གཅོད་ཀྱི། །རྒྱུད་རྒྱུད་སྟན་བརྒྱུད་ཟབ་མོ་  
བསྟན། །གཉན་ཁོད་བརྒྱ་ཅ་འགྲིམས་བཞིན་སྟུད། །གཟུགས་ཅན་མའི་འགོ་དོན་  
ལས། །གཟུགས་མེད་ལྷ་འདྲའི་འགོ་དོན་ཆེ། །མན་རག་གཞན་ནམས་ཕྱི་དུས་  
འདེབས། །འདི་ནི་རྒྱུན་དང་བསྐྱེད་པའི་ཆོས། །དེ་ཕྱིར་ཆོས་འདི་སྟོན་པ་ནམས། །བདུད་ཀྱི་  
དབང་དུ་མི་འགྲོ་ཞིང་། །འགལ་རྒྱུན་ལམ་དུ་ཡོངས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུང་ལུང་བསྟན་ཐོབ་  
དེར་བསྟོད། །

དེ་ནས་གཉན་ཁོད་འགྲིམས་པའི་ཆེ། །མཛེ་ནད་སྟུ་འབོད་འགོས་ནད་  
སོགས། །སྟན་པས་པོར་ཉེ་བྱར་མ་བཏུབ། །ཀུན་གྱང་དམིགས་པས་གྲོལ་བར་མཛད། །ཨ་  
མའི་བདུད་གཅོད་ཟབ་མོའི་གཏམ། །འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་གྲགས་པའི་ཆོ། །རྒྱ་གར་པཎ་  
གྲུབ་བཀའ་བསྟོས་ཉེ། །བོད་ན་དར་བའི་མཁའ་འགོའི་ཆོས། །བདུད་གཅོད་ཟབ་རྩལ་  
གྲགས་པའི་ཕྱིར། །མཁས་པ་རྣམས་མགྲོགས་གྲུབ་པ་འགའ། །པོ་ཉར་བཏང་བ་ཉིན་གཅིག་  
གི། །རྣམས་འགྲོས་བསྐྱོད་པས་བོད་དུ་སྟེབས། །ཟངས་རིར་མ་ཅིག་དང་མཛལ་ཆོ། །ལེགས་  
རྒྱར་སྐྱོད་ཀྱིས་བསྟོ་སྟེང་མཛད། །འདི་ལྟར་སྟོབས་པ་ཐོགས་མེད་དུ། །འབྱུང་བའི་རྒྱ་  
མཆོན་ངེས་པའི་ལན། །ར་སྟོན་རྒྱ་གར་པཎ་ཆེན་དུ། །སྟེ་བ་རྒྱངས་པའི་བག་ཆགས་  
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་དེ་ལ་རྣམས་མགྲོགས་པས། །ཡིད་ཆེས་གཏན་ཆོག་ཅི་ཞེས་ངེས། །དེ་

ཡི་ལན་དུ་འདི་སྐད་གསུངས། །པོ་ཏ་ལ་ཡི་བྲག་ཕྱག་ན། །སྟོན་ལས་བྱུང་གི་སྐྱ་གདུང་  
ལས། །འཁྲུངས་པའི་རིང་བསྐལ་ཕྱང་པོ་དང་། །དབུ་ལ་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷའི་སྐྱ། །ཐུགས་  
ལ་ཐུབ་དབང་རང་བྱོན་ཡོད། །རྒྱ་མཚན་རྗེས་སུ་བལྟས་པས་ཤེས། །ཞེས་གསུང་ཆར་  
མཁྱོགས་བྱུང་དེ་དག་། །དད་པས་སྐྱ་ཟེང་བྱས་ནས་ནི། །གདུང་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་འདི་སྐད་  
གསོལ། །མ་སྐྱ་ལུས་རྒྱུ་ལ་གཟི་མདངས་ཆེ། །སྐྱ་ལ་དཀར་ལ་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །འོད་ཟེར་  
ཀྱིས་མ་རིག་སྟན་པ་སེལ། །མ་ཅིག་ལ་བ་སྟོན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་  
ཕྱག་དགུ་ཐུག་བཅའ། །

དེ་ནས་དབུས་གཙང་ཁམས་གསུམ་ན། །སྐད་གཉིས་སྐྱ་བ་ཅི་ཡོད་དང་། །དོན་  
རྟོགས་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་སོགས། །བྱང་དོན་དང་ནི་རེས་དོན་ལ། །སྤྱང་པོ་ཆད་ཐུབ་སྟན་  
བྱངས་ཏེ། །ཆོགས་པ་ལྷ་སྟོང་ཁྱི་གཉིས་ཀྱི། །ལྷག་པའི་འབྲུམ་སྒྲེ་བཞི་ཡི་དབུས། །བོད་  
ཡུལ་སྟོན་མ་ལ་བ་སྟོན་དང་། །རྒྱ་གར་སྟོན་པ་མཁས་པ་བྱུང་། །པན་རྒྱུན་ཆོས་ཀྱི་བཟོ་བ་  
མཛད། །མ་ཡི་གསུང་ཀུན་དབྱང་གསུམ་ཀྱིས། །དག་པའི་ལུང་དུ་རེས་རྟེན་ནས། །ཆོས་  
འཁོར་བསྐྱོར་བར་གསོལ་བ་བཏབ། །བྱིན་རྒྱལས་ནམ་མཁའ་སྟོ་འབྱེད་ཀྱི། །ཆོས་སྟོ་དབྱེ་  
ཆེ་ལས་ཅན་འགའ། །དེ་ཡི་མོད་ལ་བདེན་པ་མཐོང་། །བཀའ་ཆོམས་ཡང་ཆོམས་ཁྱུས་  
ལན་དང་། །བརྗོད་ཆོས་ལ་རྒྱའི་སྟོར་ལ་སོགས། །ཆེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་སྟེར་བའི་  
ཆོས། །ཁྱིགས་ཆགས་ཁྱིགས་མེད་ཐབ་རྒྱས་ཀྱི། །ཆོས་འཁོར་བར་པ་བསྐྱོར་དེར་  
བསྟོད། །རྒྱུ་མཁྱོགས་དངོས་བྱུང་བརྟེན་དེ་དག་། །དགའ་ཞིང་མགུ་སྟེ་ཡི་རང་གི། །ཤིས་  
བརྗོད་རང་གནས་ཡུད་ཀྱིས་སོང་། །འཕགས་ཡུལ་བཤ་བྱུང་ཆོགས་རྣམས་ལ། །མ་ཅིག་  
རྟོགས་བརྗོད་ལེགས་པར་བསྟོད། །དེར་འཆོགས་གུས་པས་བྱང་ཕྱོགས་སུ། །ཐལ་སྤྱར་  
འདུད་ཅིང་མ་རྩ་རྩ་གི། །པ་ལ་པ་ལ་སྐྱེ་ཞེས། །ཤིས་བརྗོད་དེ་ཆེ་ས་གཤོས་ཤིང་། །མཁའ་  
ལ་མེ་རྟོག་ཆར་ཡང་བབས། །པོ་ཏ་ལ་ཡི་རྟོན་གསུམ་ཡང་། །ཀུན་གྱིས་མདོན་གསལ་  
མཐོང་བ་ཡིས། །ཡིད་ཆེས་ཡུམ་ལས་ཤིང་བྱིན་ཆོས། །བྱང་ཕྱོགས་ནས་ནི་བྱང་ཕྱོགས་



སྟུ། །རྒྱས་འགྱུར་ཞེས་ནི་ལུང་བསྟན་དོན། །གཏན་ལ་པའ་དེར་གྲུས་པས་བསྟོད། །ཁྱོད་ཀྱི་  
མཛད་པ་བསམ་མི་བྱའ། །སྒྲུལ་གཞི་སྒྲུ་ནི་གཅིག་ཉིད་ལ། །དུས་གསུམ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་རི་  
སྟོད། །བྱ་མི་ར་མ་ལ་ཡ་དང་། །རྩ་ལ་རྩ་ར་ཨོ་ཏེ། །ར་མི་ལོ་ར་ལ་སོགས་པའི། །ཡུལ་ཆེན་  
རྣམས་སྟུ་རིག་འཛིན་གྱི། །དཔའ་པོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་ལ། །ཟབ་ལས་ཆེས་ཟབ་  
ཡང་ཟབ་མཆོག། །སྟན་བརྒྱན་བད་བཞིའི་བརྒྱན་པ་ཡི། །ཆོས་འཁོར་གསུམ་པ་བསྟོར་བྱས་  
ཏེ། །སྐལ་ལྷན་སྟོན་གྲོལ་མཛད་དེར་བསྟོད། །

ཡུལ་ཆེན་དེ་སྐས་པོ་བཞི་དང་། །མོ་བཞི་རང་མཉམ་སྐས་བརྒྱན་དེ། །ཡའ་ཡུལ་  
བརྒྱ་བདུན་ལས་བརྒྱན་པའི། །གཙུག་གི་ཆོས་སྟོར་རི་སྟོད་པ། །རིག་པའི་སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་  
ལ། །བཀའ་བརྒྱན་དང་ནི་ཉམས་བརྒྱན་གཉིས། །གནས་ཀྱི་སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ། །བཀའ་མ་  
དང་ནི་གཏེར་མ་གཉིས། །གཞུང་གི་སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ། །ཁྲིགས་ཆགས་དང་ནི་ཁྲིགས་  
མེད་གཉིས། །སྟོན་ཚུལ་སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ། །པ་རྒྱད་མ་རྒྱད་གཉིས་མེད་རྒྱད། །སྟོན་ཚུལ་  
སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ། །བྱེ་གཙུག་ཞི་བའི་སྟོན་ཚུལ་དང་། །ནང་གཙུག་ཞི་བྱེ་གྲེད་མའི་  
སྟོན། །གསང་སྟོན་བྱེ་གྲེད་གཙུག་གསུམ། །གཙུག་རིམ་སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ། །ཀུན་  
འདར་གསང་སྟོན་པ་དང་། །ཀུན་འདར་དངོས་སྟོན་པ་དང་། །རྒྱལ་བྱ་གཞོན་ནུའི་  
སྟོན་པ་དང་། །ཁྲིགས་ལས་རྣམས་སྟོན་པ་བཞི། །ལམ་ཁྲིར་སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ། །སྟོས་  
བཅས་དང་ནི་སྟོས་མེད་དང་། །ཤིན་ཏུ་སྟོས་མེད་སྟོན་ཚུལ་གསུམ། །གང་ལ་གང་འདུལ་  
ཐིན་ལས་གྱིས། །འགྲོ་བའི་ལམ་འཛེན་མཛད་དེར་བསྟོད། །

དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་བཞེས་པའི་ཆོ། །ཟངས་རི་ཁང་དམར་དགོན་པ་བྱ། །ལས་  
ཅན་དག་པའི་སྟོབ་འཁོར་ལ། །སྒྲེ་ཤི་སྒྲུ་མར་རོ་སྟོན་བྱེད། །མ་ཅིག་སྒྲུ་ནི་གཞི་མདངས་  
ལྷན། །བྲག་གཡས་ཅང་ཉེའུ་གཡོན་རིལ་བྱ། །མཁའ་ལ་སྟོན་པའི་ཚུལ་དུ་འཁོལ། །ཞབས་  
གཉིས་གར་བསྟན་མཛད་དེ་བཞུགས། །མ་ཅིག་སྒྲུ་ཡི་ཤར་སྟོགས་ནས། །མཁའ་འགྲོ་  
དགར་མོ་འབྲུམ་སྟེ་ཡིས། །དར་ལམ་འཇམ་དགར་ཚུལ་དུ་བརྒྱངས། །མངོན་དགའི་ཞིང་དུ་

སྒྱུན་འདེན་ཟེར། །མ་ཅིག་སྐྱ་ཡི་ལྟོ་ཕྱོགས་ནས། །མཁའ་འགྲོ་སེར་མོ་འབྲུམ་སྒྲེ་  
ཡིས། །དར་ལམ་འཇའ་སེར་ཚུལ་དུ་བརྒྱུངས། །རིན་ཆེན་གདལ་བར་སྒྱུན་འདེན་ཟེར། །མ་  
ཅིག་སྐྱ་ཡི་རུབ་ཕྱོགས་ནས། །མཁའ་འགྲོ་དམར་མོ་འབྲུམ་སྒྲེ་ཡིས། །དར་ལམ་འཇའ་  
དམར་ཚུལ་དུ་བརྒྱུངས། །བདེ་བ་ཅན་དུ་སྒྱུན་འདེན་ཟེར། །མ་ཅིག་སྐྱ་ཡི་བྱང་ཕྱོགས་  
ནས། །མཁའ་འགྲོ་ལྗང་གྲུ་འབྲུམ་སྒྲེ་ཡིས། །དར་ལམ་ལྗང་གྲུའི་ཚུལ་དུ་བརྒྱུངས། །ལས་  
རབ་རྫོགས་པར་སྒྱུན་འདེན་ཟེར། །མ་ཅིག་སྐྱ་ཡི་དབུས་སྒྲེང་ནས། །མཁའ་འགྲོ་སྐྱག་མོ་  
འབྲུམ་སྒྲེ་ཡིས། །དར་ལམ་འཇའ་སྒྲོན་ཚུལ་དུ་བརྒྱུངས། །མཁའ་སྒྲོད་ཞིང་དུ་སྒྱུན་འདེན་  
ཟེར། །མ་ཤར་དུ་དགོངས་པ་བསྐྱོད་ཅམ་ན། །རྫོ་རྗེའི་མཁའ་འགྲོའི་ལྷ་ཆོགས་  
རྣམས། །དགའ་བའི་སྒྲུ་ལེན་ཡུ་ཅུ་ཅུ། །ཕྱག་རྒྱ་གར་བྱེད་ལྷགས་སེ་ལྷག །ཞབས་གཉིས་  
བྱོ་བརྟུང་ཆེམས་སེ་ཆེམ། །མ་སྟོ་དུ་དགོངས་པ་བསྐྱོད་ཅམ་ན། །རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་ལྷ་  
ཆོགས་རྣམས། །དགའ་བའི་སྒྲུ་ལེན་ཡུ་ཅུ་ཅུ། །ཕྱག་རྒྱ་གར་བྱེད་ལྷགས་སེ་ལྷག །ཞབས་  
གཉིས་བྱོ་བརྟུང་ཆེམས་སེ་ཆེམ། །མ་རུབ་དུ་དགོངས་པ་བསྐྱོད་ཅམ་ན། །བརྒྱ་མཁའ་  
འགྲོའི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས། །དགའ་བའི་སྒྲུ་ལེན་ཡུ་ཅུ་ཅུ། །ཕྱག་རྒྱ་གར་བྱེད་ལྷགས་སེ་  
ལྷག །ཞབས་གཉིས་བྱོ་བརྟུང་ཆེམས་སེ་ཆེམ། །མ་བྱང་དུ་དགོངས་པ་བསྐྱོད་ཅམ་  
ན། །ལས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས། །དགའ་བའི་སྒྲུ་ལེན་ཡུ་ཅུ་ཅུ། །ཕྱག་རྒྱ་གར་  
བྱེད་ལྷགས་སེ་ལྷག །ཞབས་གཉིས་བྱོ་བརྟུང་ཆེམས་སེ་ཆེམ། །མ་དབུས་སུ་དགོངས་པ་  
བསྐྱོད་ཅམ་ན། །སངས་རྒྱས་རིགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་རྣམས། །དགའ་བའི་སྒྲུ་ལེན་ཡུ་ཅུ་  
ཅུ། །ཕྱག་རྒྱ་གར་བྱེད་ལྷགས་སེ་ལྷག །ཞབས་གཉིས་བྱོ་བརྟུང་ཆེམས་སེ་ཆེམ། །དེ་ཆེ་  
སྤྱོད་ཀྱི་མཐུ་ཐོ་ནི། །དཔའ་ཐོ་རྒྱལ་བ་དོན་གྲུབ་དང་། །མྱེད་ཅན་དུང་ཅན་བརྒྱ་ཅན། །རི་  
དྲགས་ཅན་དང་རི་མོ་ཅན། །མཆོན་ལྷན་སུ་མོ་གཞོན་ལྷ་ལྷས། །མཁའ་འགྲོ་མཉེས་པའི་  
དམ་རྩས་བཤམས། །ཡུམ་ཆེན་ཞིང་འདིར་གདན་བཞུགས་ཀྱི། །གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང་དར་  
ལམ་བཅད། །སྐྱ་ཆེའི་རྒྱལ་མཆོན་བཏྲན་པ་དང་། །གསུང་གིས་འགྲོ་ལ་ཆོས་སྟོན་

དང་། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་བྱིན་རྒྱལ་ས་པའི། །ཞལ་བཞེས་བཟང་པོ་ལན་གསུམ་  
མཛད། །དེ་ཆེ་མཁའ་འགོ་ཐེ་ཐེ་ཡིས། །འཆི་མེད་ཆེ་ཡི་དབང་བསྐྱར་མཛད། །དེར་འདུས་  
སྐལ་བཟང་སློབ་ཆོགས་ལ། །ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་བྱིན་དེར་བསྟོད། །

དགྲུང་ལོ་གོ་བརྒྱད་བཞེས་པའི་ཆོ། །གདུལ་བྱ་རབ་ཀྱི་སྒྲུང་རོ་རུ། །མ་ཅིག་སྐྱེ་  
ལུས་མ་སྒྲངས་པར། །འཇའ་ཆོན་སྒྲ་ལྷའི་འོད་ལམ་ནས། །དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་མདུན་  
བསུས་ཏེ། །ཨོ་རྒྱན་མཁའ་འགོའི་གླིང་དུ་གཤེགས། །དེ་ལྷའི་དུས་ཀྱང་ལས་ཅན་  
ལ། །དངོས་སུ་ཞལ་སྟོན་ཆོས་ཀྱང་སྟོན། །གདུལ་བྱ་འབྲིང་གི་སྒྲུང་རོ་རུ། །སྐྱེ་ནི་འོད་ཀྱི་  
གོང་བུར་གྱུར། །དེ་ཡང་རྗེ་ཕྱ་རྗེ་ཕྱར་སོང་། །མཐར་ཉི་ཟངས་རིའི་སྐྱབ་ཁང་གི་ །གྲང་ལྷེ་  
ངོས་ལ་ཡལ་བར་མཐོང་། །གདུལ་བྱ་དཔའ་བའི་སྒྲུང་བ་ལ། །དུས་མཐའི་མཛད་བ་སྟོན་  
པའི་ཆོ། །མ་ཡི་གསུང་གི་ཐ་མ་ལ། །མ་གན་ང་ཡི་ཆོས་འདི་ལ། །སྟེམས་མེད་ཉལ་བའི་  
ཆོག་ལགས་ཏེ། །ཐག་ཆོད་མེད་པའི་ཆོས་པ་ཆོ། །བཀའ་ལ་དོན་ཚུང་བྱ་བས་བྲེལ། །ཆོས་  
ཅན་སྒྲངས་པའི་པ་རོལ་ན། །ཆོས་ཉིད་འཆོལ་བ་སྦྱང་རེ་རྗེ། །བཅའ་བས་མ་རྟེན་ཉོན་རེ་  
མོངས། །རང་ངོ་ཤེས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ། །མ་ངའི་རྗེས་འཇུག་རི་སྟེང་པོ། །བདུད་ཀྱན་དབྱིངས་  
སུ་སྐྱད་པའི་བྱིར། །ལོག་པའི་ལམ་དུ་མི་འགོ་ཞིང་། །འཕོ་བས་མཁའ་སྐྱོད་འགྲུབ་པར་  
འགྱུར། །ཆོས་ལུགས་འདི་ལ་སྐྱོད་བ་རྣམས། །བསགས་པ་རབ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། །འཕོ་  
བ་ནམ་མཁའ་སྟོ་འབྲེད་ཉིད། །ཟབ་པའི་རྟགས་ཤིག་སྟོན་ལོ་གསུངས། །ཞལ་རས་འཇུག་  
མདངས་ཡལ་ལེ་བའི། །ངང་ནས་པཌ་གཅིག་གསུངས་པའི་མོད། །དབུ་ཡི་གཙུག་ནས་  
ཐོད་པ་ནི། །འཕང་ལོ་ཅམ་ཞིག་སྟོར་རེ་འཕགས། །ཇེ་ཁོག་ཁོལ་མའི་ཁ་གཙོད་  
ཉིད། །བསམ་པ་ཅམ་གྱིས་བརྒྲངས་པ་ནི། །ཁ་དོག་ལྷ་ལྷན་བྱན་གྱིས་བྱང་། །ནམ་མཁའ་  
འཇའ་དང་འོད་གྱིས་གང་། །ས་ཡང་རྣམ་པ་བྱུག་དུ་གཡོས། །ལྷ་ཡི་མེ་ཉོག་ཆར་དུ་  
བབ། །སྐྱ་གདུང་ཞུགས་ལ་ཕུལ་བའི་ཆོ། །གདུང་དང་རིང་བསྐལ་མང་དུ་བྱོན། །དེ་ཀྱན་  
ཟངས་ཀྱི་གཤུར་བཙུག་ །ནང་རྟེན་ཐུགས་ཀར་བཞུགས་གསོལ་ཏེ། །ཟངས་རི་ཁང་དཔའ་

ཅེན་གཙོ་ལ། ད་ལྟའི་དུས་ན་འང་བཞུགས་པ་ལགས། །ཨོ་ཁྱོད་ལྷ་མོ་བསྟན་ཀྱང་གསལ་མེ་  
ལོང་ལས། །མཁའ་འགྲོ་སྒྲེ་བཞི་མཆོད་ཀྱི་སྐུ་ལྷ་མོ་ལ། །ལའང་གི་སྒྲོན་མ་སྤང་ས་འོད་  
དེ་འབྱུང་། །སྒྲེས་དམན་ཚུལ་འཆང་འགྲོ་བའི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི། །ཞེས་གསུང་གང་ལ་སྐྱབས་  
ན་བསྐྱེད་པ། །ཁྱུ་ལ་བའི་ཡུལ་ཆེན་སྐུ་ལ་བ་ལའང་སྒྲོན་གྱི། །ནམ་ཐར་མཛད་པ་བཅོ་  
ལྷ་ལེགས་བསྐྱེད་ནས། །སྒྲོ་བསྐྱེད་བྲལ་བའི་རང་བཞིན་བརྟོག་པ་ཡི། །བསྐྱེད་པ་འདི་  
ཉིད་གཤོངས་ཆེན་རི་ཁོང་ལ། །མཁས་བཙུན་བསྟན་པའི་ཁྱུ་ལ་མཆོད་དཔལ་བཟང་  
པོས། །སྐྱར་བའི་དགེ་ཆོགས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྐྱོ། །བཀྲ་ཤིས། དགེའོ། །

༡༡། །མ་གཅིག་ལ་བ་སྒྲོན་ལ་བསྟོད་པ་བཟུང་བཞི་  
དབྱིངས་གཙོད་ཅེས་བྱ་བ་བཟུགས་སོ།

ན་མོ་རྩོན་ལྷ་ར་མི་ཏ་ཡེ།  
དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཡུམ། །  
ཤེས་རབ་པ་ལོལ་བྱིན་མ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེད། །  
བསྐྱེད་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་ཀྱི་དོན་མཇུག་མ། །  
ཨ་མ་ལ་བ་ཀྱི་སྒྲོན་མར་བྱག་འཆའ་ལོ། །

བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བ་ཅན་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་འདིར། །  
གཟུགས་ཅན་མི་དང་གཟུགས་མེད་ལྟ་འདྲེ་བཟུང་། །  
ཡུམ་ཆེན་ཐུགས་ལས་སྤྲུལ་པའི་འགྲོ་སྒྲོལ་མ། །  
ས་བཅུའི་དབང་ཐུག་ཆེན་མོ་བྱོད་ལ་བསྟོད། །

གཞོན་ནུའི་དུས་ནས་རིགས་ཀྱི་ཐུ་བྱ་རྒྱས། །  
ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་མང་པོའི་ཞབས་ལ་བཟུང། །  
ཐབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་གདམས་ངག་རྒྱ་མཆོའི་གཉེར། །  
རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་ཆེན་མོ་བྱོད་ལ་བསྟོད། །

ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་ཡུམ་དགོངས་པའི་དོན། །  
རང་གི་རིག་པས་མངོན་སུམ་རྟོགས་པ་དང་། །  
མདོ་སྒྲགས་བྱང་འཇུག་ཟབ་དོན་བདུད་གཙོད་ཀྱི། །  
སྒྲགས་གཏེར་ཆེན་པའི་སྒྲོ་བརྒྱ་འབྱེད་ལ་བསྟོད། །

སྒྲུལ་པའི་སྒྲ་མཆོག་དམ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །  
རྟོགས་པའི་བོགས་འདོན་རྒྱལ་ཁམས་སྤྱོད་མེད་འགྲིམ། །  
རོ་སྟོམས་བརྒྱལ་ཁྱེད་སྤྱོད་པ་མཐར་བྱིན་ནས། །  
སྤྱིད་པ་གསུམ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ལ་བསྟོད། །

ཁྱོད་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་སྟེ། །  
རིག་འཛིན་གྲུབ་ཐོབ་རྣམས་དང་དགོངས་པ་གཅིག། །  
དབྱིངས་སྤྱུག་རྩི་རྩི་པག་མའི་རྣམ་འབྱུལ་ཏེ། །  
རྣལ་འབྱོར་དབང་སྤྱུག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོར་བསྟོད། །

སྟོང་བར་གནས་དང་སེམས་ཅན་ཡོངས་མི་གཏོང་། །  
སྒྲས་བཞིན་བྱེད་དང་བདེ་གཤེགས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །  
རྣམ་བཞིའི་དགོངས་དོན་ཟབ་མོ་བདུད་གཙོད་ཀྱི། །

བཀའ་བབས་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་བྱིད་ལ་བསྟོད། །

ལྷ་མ་ལྷ་བྱའི་ཉིང་དེ་འཛིན་མཆོག་དང་། །

དཔའ་བར་འགྲོ་དང་རྩོལ་བྱ་ཡི། །

ཉིང་འཛིན་བསམ་མི་བྱེད་ལ་སྟོམ་འཇུག་ལྟངས། །

ཡེ་ཤེས་རྒྱ་གཞི་གཙོ་མཆོག་ཆེན་མོར་བསྟོད། །

སྟོང་པ་ཉིད་དང་མཚན་མ་མེད་པ་དང་། །

སྒྲོལ་པ་མེད་པ་རྣམ་ཐར་སྒྲོལ་གསུམ་གྱི།

ཆོས་དབྱིངས་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་མངའ་དབང་འབྱོར། །

རྩེ་བཅུན་བཅུམ་ལྡན་འདས་མ་བྱོད་ལ་བསྟོད། །

ཐོགས་བཅས་ཐོགས་མེད་དགའ་བོད་སྟེམས་བྱེད་དང་།

ཕུང་པོ་ཉོན་མོངས་འཆི་བདག་ལྷ་བུའི་བདུད། །

དབྱིངས་སུ་བཅོམ་ནས་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གཤེགས། །

ཡང་དག་སྒངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱེན་མ་ལ་བསྟོད། །

མ་གཅིག་དྲིན་མོ་ཆེ་ཡི་གདམས་ངག་ནི།

གནད་ཐོག་མེ་བཅས་ཉི་མོངས་ཅད་ནས་འབྱིན། །

བདག་འཛིན་བྱང་ལྷུངས་ཡེ་ཤེས་མངོན་སུམ་སྟོན། །

འཁོ་སྒྲིབ་སྒྱུར་མ་དཔའ་མོ་ཁྱོད་ལ་བསྟོད། །

མཐའ་བརྒྱད་སྟོས་བྲལ་ཆོས་ཉིད་ནམ་མཁའ་ལྟར། །

མཆོན་མཆོན་བརྗོད་པ་ལས་འདས་ནམ་མཁའ་དབྱིངས། །

ནམ་བཅས་ཐ་མལ་བྱད་མེད་གཟུགས་བསྐྱུར་ཡང་། །

ངོ་ཤོ་མཐའ་བྲལ་དབྱུ་མ་ཆོན་པོར་བསྟོད། །

རིག་སྟོང་འོད་གསལ་ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་པ། །

འཕོ་ཆགས་འགྱུར་བདེའི་ཆོས་ལས་རབ་འདས་ཤིང་། །

གཟུང་འཛིན་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས། །

འོད་གསལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆོན་པོར་གྲུབ་ལ་བསྟོད། །

འཁོར་འདས་ཆོས་ཀུན་ཀྱི་ནས་དག་པའི་དབྱིངས། །

རང་བྱུང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གདངས་ཤར་བས། །

ཡེ་ཤེས་འདུས་མ་བྲས་པའི་ཅེ་མོར་གཤེགས། །

གཞིར་རྫོགས་རིག་པ་སྐྱར་སྒྲིབ་ཁྱོད་ལ་བསྟོད། །

ལྷན་སྒྲིབ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེན་ལ་འབྱོར་མ། །



བདེ་སྟོང་རྩི་རྩི་བཅུ་མེད་མཁའ་སྟོང་ནས། །  
རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་སྟོན་པ་སྟོན་མཛད་མ། །  
དགྲིལ་འཁོར་རྒྱ་མཚོའི་བདག་མོ་སྟོན་ལ་བསྟོད། །

དེ་ལྟར་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཁུས། །  
བདག་ཅག་བྱང་ཆུབ་སྤྲུལ་པ་བར་གཙོད་པའི། །  
སྤྱི་ནང་གསང་བའི་དག་གསུམ་དབྱིངས་སུ་བསད། །  
འཕྲང་གསུམ་བཀལ་ནས་བརྟུལ་ཞུགས་ལམ་སྟོངས་ཤོག། །

བྱམས་དང་སྟོང་རྩི་འགྲོ་རྣམས་རྩི་སུ་འཛིན། །  
འཕྲིན་ལས་རྣམ་པ་བཞི་ལ་ཐོགས་པ་མེད། །  
ཡུམ་ཆེན་ཆོས་སྤྱིའི་དགོངས་པ་ཅུལ་རྩོགས་ཏེ། །  
ལབ་ཀྱི་སྟོན་མ་བྱེད་དང་དབྱེད་མེད་ཤོག། །

ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་རིས་མེད་དར་ཞིང་རྒྱས། །  
བསྟན་འཛིན་སྤྲུལ་རྣམས་ཞབས་བདེ་ཡུན་དུ་བརྟན། །  
དགེ་འདུན་སྡེ་འཕེལ་འཛིན་རྟེན་ཁམས་ཀྱན་བདེ། །  
ལྷ་ལོག་ལྷ་མིན་སྐྱོ་སྐྱོ་འཛོམས་གྱུར་ཅིག། །

སྤྱིད་པའི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་ཐད་ཀར་གཙོད། །

ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་པར་གྱི་དགོངས་བ་ལ། །

རང་རིག་དུས་གསུམ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་གནས། །

སྤྱིད་གསུམ་དབྱིངས་སྒྲོལ་འཁོར་བ་དོང་སྒྲུགས་ཤོག །

ཅེས་བའང་མེ་སྒྲེལ་ས་ག་རྒྱ་བའི་དཀར་ཕྱོགས་གྱི་ཚྭ་གས་བ་གཉིས་བར་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་གྱི་དབྱེས་པའི་དགའ་ཚལ་  
ཐངས་ཅི་མཁར་དམར་གྱི་འབྲེལ་ཅིན་པོ་ཆའི་མདུན་དུ་གཙོད་ཡུལ་མོས་བ་ལམ་དུ་བྱེད་པོ་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་  
གྱི་སྒྲོ་གྲོས་སམ། བརྒྱ་ཡེ་ཤེས་རྩི་རྒྱུས་གསོལ་བ་བཏབ་བ་འདིས་ཀྱང་ཡུམ་ཆེན་ཤེར་བྱིན་གྱི་དགོངས་དོན་མངོན་  
སུམ་རྟོགས་པའི་རྒྱུར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། སྐྱ་དུ་མཆོད་ལོ། །

## པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།  
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྒྱལ་དལ་འབབ་གླུང་།  
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།  
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།  
དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།  
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་པ་བརྒྱ།  
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྗེའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ།  
རེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་བ་འདི་ཡང་དེར་དུས་ཡིད་སྐྱབས་ཀྱིས་རྒྱུད་བརྒྱུ་མས་པའི་སྒྲ་སྟོའི་སྤྲིག་སྟུང་མི་བཟང་པས་གངས་ལྗོངས་  
ཆོས་ལུན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐབ་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིན་མའི་སྤང་བ་ལྟར་འབར་བ་དེ་ནི་མིང་གི་ལྷག་མ་ཙམ་དུ་  
ཉམས་ཉེས་པར་བྱས། རྩོགས་དང་རྩོགས་ན་རྩལ་ཐུན་མཚོན་ཆ་སོགས་གདུག་པའི་གཞོད་འཆེ་གྲ་གྱུའི་སྟོར་བ་ནི་  
ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དར་བ་སོགས་སྟོ་ཀུན་ནས་ལྷ་བདོའི་རྒྱུད་ཆོགས་མཚོ་ལྟར་བརྟེན་བ་འདི་དག་ལྷག་མེད་དུ་  
ཞིང་། བྱང་རྩོགས་བོད་ཁ་བ་ཅན་དུ་བསྟན་པའི་མེ་རྩོམ་ཡང་ལྷར་བཞིན་གསོས་ཏེ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ལྗོངས་  
འདིར་ཡང་སྐབ་པའི་བཞེད་དགོངས་དྲི་མ་མེད་པ་དར་རྒྱས་སུ་འཕེལ་བ་དང་། འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་  
འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན། ནམ་འབྲེན་ཤུག་སེལྟེ་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕལ་ལུན་ལེགས་  
ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ནང་བསྟན་བྱུང་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་  
འགྱུར་གང་ལའང་སྤར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྟོའི་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུག་ཏེ་དགེ་སྟོང་ཆོས་སྤྲུ་བ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་བསྟན་  
འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤར་བཤོ། །དགའོ། །

འཕགས་ཐོད་བྱེད་ཆེན་མཆོད་སྤྱི་མཐུན་པ་  
དང་པའི་མཆོད་སྤྱི་མཐུན་།  
༼སྟོན་ཆ༽

མཐོང་པ་ལོ། མཆོད་པ་ལྷན་སྤྱོད་པ་དང་།  
འཕགས་ཐོད་ཀྱི་མཐོང་པ་ལོ་པེ།

ཕྱོགས་སྒྲིག་པ།  
ཡིག་འབྲུག་ལྷན་པ་དང་། ཕྱོགས་སྒྲིག་དང་དེབ་གཞི་གསུགས་  
ལྷན་འགོད་པ་བཅས་ནམ་གྱི་ཐུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ་ལོ།

པར་གཞི།	ཕྱི་ལོ་ 2024 ལོར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།
པར་ཐངས།	ཕྱི་ལོ་ 2024 ལོར་པར་ཐངས་དང་པོ་བཏབ།
པར་གྲངས།	པར་ཐངས་དང་པོར་པར་གྲངས། 300 བཏབ།
དེབ་ཆེད།	7x9.5 སྟོན་ལམ་ཡིག་གཞི་གསུགས་གཉིས་པ། 15
དཔེ་ཏྲགས།	རྒྱལ་སྤྱིའི་དཔེ་ཏྲགས། ISBN 978-93-83091-04-1
པར་ཁང་།	ཕྱི་ལོ་ལོ་རྒྱུ་སྟོན་པའི་ཁང་། NORBU GRAPHICS



